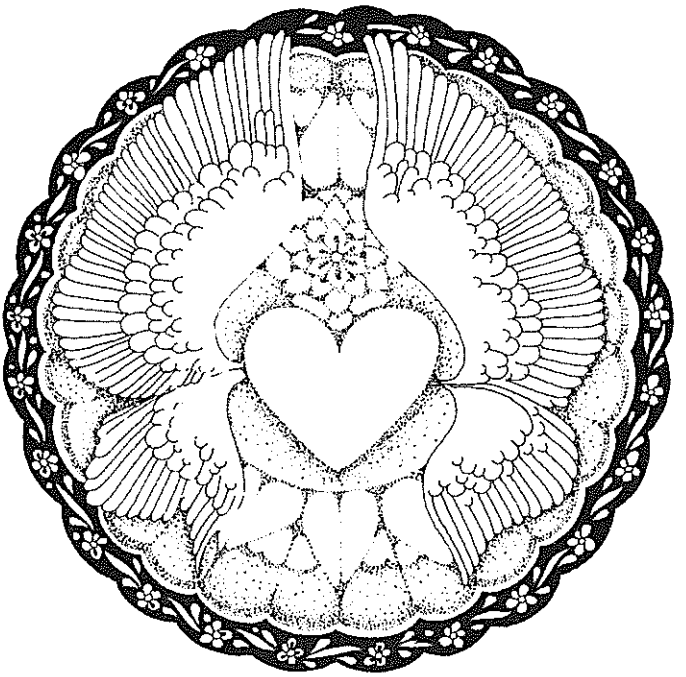
Despertar dentro de la Luz

Por John Roger

Despertar Dentro De La Luz



Por John Roger

Copyright © 1981
Por John Roger

Published by Baraka Press, Inc.
451 Greenwich Street
New York, New York

Todos los derechos reservados, incluido
el derecho de reproducción, total o parcial.

CONTENIDO

La energía de la Luz 1

La conciencia humana 14

Los patrones de energía del cuerpo 21

Los patrones de energía de las emociones 32

Los patrones de energía de la mente 42

La energía de la verdad 52

Espritualidad práctica 72

La energía de la luz

Espíritu es energía, es la fuerza que activa la conciencia humana y le da vida. El espíritu se individualiza a sí mismo como el alma y así reside, muy cerca dentro de cada conciencia. Mucha gente ha dicho, que el ser humano, tiene alma—pero está más cerca de la realidad decir que el alma tiene un ser humano. El alma, al ser espíritu, es más perdurable que la conciencia humana.

La experiencia de Dios, en la cual estamos todos involucrados, está hecha de energía positiva y negativa, muy similar al funcionamiento de una batería, con sus polos negativo y positivo. Necesitando de los dos, para funcionar. Están presentes, como el polo negativo en esta experiencia espiritual total, lo que llamamos los mundos inferiores—físico, astral, causal, mental y los mundos etéricos. Dentro de la conciencia humana se encuentran representados como el cuerpo humano, la imaginación (astral), las emociones (casual), la mente (mental), y el inconciente (etérico). Está presente como el polo positivo el alma y el espíritu, como la energía pura de Dios. Estos dos polos, son los que llamamos la Luz.

Las energías de las experiencias del polo negativo, son más aparentes cuando uno está aquí, en el plano físico. Este nivel es su territorio y pueden ser muy poderosos. Pero así como enfocas tu conciencia, más y más hacia las energías del polo positivo, en tu ser espritual, encontrarás que, la Luz espiritual puede sobrellevar cualquier negatividad. Aprendes a

poner, todos los niveles de tu conciencia, dentro del fluir de la Luz, y es entonces que la energía positiva se extiende a través de todos los planos negativos y, encuentras que cada nivel de tu vida se transforma en una manifestación del amor y gracia de Dios.

La energía de la Luz es la fuerza espiritual que está presente dentro de todas las actividades de todas las cosas. Su presencia está en todos lados. Está presente en algunas cosas en mayor grado que en otras. La Luz es más activa en un árbol que en una roca, y más activa en un ciervo que en un árbol—pero está presente en todos, aunque concientemente no lo sepan. La presencia de la Luz es más activa dentro de la conciencia humana, y es única en comparación con otras formas terrenales por su habilidad de tener conciencia de la Luz y trabajar como co-creadores con la energía de la Luz.

Hay dos aspectos en la energía de la Luz: uno es la energía magnética de la naturaleza. Es la energía de los mundos inferiores, los mundos negativos. Tú, conciente o inconcientemente, eres el director. Cuando tú trabajas con la Luz, para tus más altos y para los más altos fines de todos, y siempre para los más altos intereses, activarás la Luz espiritual, la que vendrá desde los planos positivos del Espíritu puro. Cuando tú activas esta Luz superior, estás experimentando una unión con Dios, con el resultado que, tu vida y la de los que te rodean, puede ser hermosa. Esta Luz superior puede ser activada, únicamente, cuando tú eres absolutamente puro en tu intensión y tu expresión. Tú eres puro en tu expresión cuando pides que la Luz se presente para los más altos fines; y no condicionando a la Luz al pedir que haga lo que tu *sentirías* que es lo correcto o *pensarías* que es lo correcto. Cuando tú solamente pides por la presencia de la Luz y pides también al Espíritu que manifieste lo que sea para los más altos fines, es entonces cuando eres Luz—viviendo en los puros pensamientos de Dios.

La Luz magnética de los planos inferiores puede ser usada, paralelamente con la Luz espiritual, para aquellas

cosas que son positivas y enaltecen la evolución espiritual de cada conciencia. La Luz magnética puede ser usada en forma negativa. Cuando las personas usan la fuerza de sus conciencias para controlar a otras, o lastimar o agraviar, usan el campo energético de la Luz magnética para sus fines. Las leyes espirituales dicen que todas las creaciones vuelven a su creador. Así es que cualquier daño o agravio que tú perpetras te retornará a ti. La Biblia dice: "Así como siembras, así cosecharás". Esto es exacto, aunque los tiempos y lugares para cosechar varíen. (Para más información relacionada a diferentes aspectos de la Luz espiritual y la Luz magnética, referirse a la Disertación número 12 del Conocimiento del Alma.)

Como cada uno es una extensión de Dios, a través de cada alma individualizada, es entonces que todo es Luz. Todos tenemos esta energía de Luz presente en cada uno de nosotros en varios niveles, poseyendo varias habilidades para expresarla y trabajar con ella. Algunas personas están más enfocadas en la Luz magnética y otras más en la Luz espiritual. Donde quieras que te encuentres—estará bien. Todos los niveles son escalones a lo largo del camino de tu evolución espiritual.

Uno de los conceptos religiosos que ha prevalecido es que, el sacerdote o el ministro o el gurú son algo así como "especiales" y tienen una mayor armonía con la Luz espiritual. De esta manera, mucha gente mira hacia el "especial" como a su salvador o el intermediario a Dios. Toda una nueva conciencia está movilizándose a través del planeta. Y, manifiesta que, *cada persona* es "especial" y así como, cada uno, desarrolla su conciencia interior, cada uno tiene la habilidad de llegar a armonizar con la Luz espiritual a través de su propia conciencia. Así, cada persona, se transforma en su propio salvador; cada uno se transforma en su propio maestro, el estudiante, el trabajador y el cosechador de su propio ser.

Muy comúnmente, las personas se juntan con alguien "ahí afuera" en el mundo físico y dicen: "Hazlo por mí." Quizás no funcione; y puede relegar tu florecimiento espiri-

tual. Esto no significa que lo haces todo por ti mismo,—de ningún modo. Estamos todos conectados y todos dependemos de todos, de cierta manera. Nadie va a ser todo por sí mismo. Quizás quieras un consejero espiritual, un guía, alguien que te indique el camino; pero no dejes a nadie hacerlo por ti. Yo no lo hago por ti. Yo te muestro una técnica, un método o un camino. Yo te digo lo que ha funcionado para mí y lo que sé que ha funcionado para otras personas. Todo esto podría parecer como una mentira hasta el momento en que tú lo pruebas y funciona para ti.

Muchas veces, cuando las personas me preguntan lo que deben hacer en ciertas circunstancias yo les digo: "No lo sé. Tú debes decidirlo." Ellos pueden decir: "Pero dime. Yo sé que tú puedes ver lo que es mejor." Saber no significa que tengo que decírtelo. Y, sólo porque dices: "Yo tengo que" no significa que yo deba hacerlo. Si yo te quito esa experiencia de aprendizaje, de llegar a tu propia fortaleza interior, he retrasado el despertamiento de tu ser. Y esò es algo que no haré. Mi responsabilidad es de asegurarme que yo te dejo crecer lo más posible. Cualquier persona que te dice algo diferente está involucrándose con ilusiones.

Algunas personas sienten que es una responsabilidad moral que una persona le diga a otra lo que tiene que hacer para "protegerlos". Moralidad es, usualmente, el camino en que las personas tratan de manipulear a otras para conseguir lo que ellos quieren. Es una forma de control. Es un soborno síquico: "Te quiero, siempre y cuando hagas lo que yo quiero que hagas. Si no lo haces, entonces no te querré más." O: "Si tú no vives lo que yo pienso es correcto para ti, en tonces tú eres el diablo personificado.* "Evil" es "live" deletreado de atrás para adelante. Si tú vives de atrás para adelante, me supongo que podría llamarse ignorancia, pero ciertamente no el diablo personificado.

Me imagino que, si Dios tuviera que juzgar a la humanidad—y, por supuesto, esto es debatible—sería por hipocresía.

*Palabra inglesa que significa: Evil: Demonio—Live: Vida

Tantas veces le rezamos a Dios: "Por favor, hazme más considerado para con los demás", y después llamas a alguien mentiroso. O rezamos: "Señor, hazme más tolerante para con los demás"—y después manifiestas un resentimiento por todo un año. O les das a tus amigos hermosos consejos de cómo se debe vivir—y después vienen y te visitan en uno de tus "malos" días y encuentran de que tú no vives de acuerdo a tus creencias. Tú dices: "Haz lo que yo digo pero no lo que yo hago. Olvídate. Practica lo que profesas o cállatelo. No te prefijes reglas para ti mismo u otros que puedan producir fracaso. Cuando empiezas a tener más conciencia de los diferentes niveles que está hecha la conciencia humana, puedes convertirte en un ser más realista en tu enfoque de vida.

La posición de la conciencia humana es única. Dios ha dado a la conciencia humana la habilidad de darse cuenta de sí misma y conocer a Dios concientemente. Dios nos ha permitido ser co-creadores y a su vez, darnos la oportunidad de aprender responsabilidad con la Luz dentro de nosotros. Dios nos ha dado estos hermosos planos físico, emocional, mental e inconciente y nos provee de Luz magnética en estos niveles para darnos infinidad de oportunidades para "crear". Podemos "crear" infinidad de cosas. Y Dios ha instituido la ley del retorno para que siempre seamos concientes de nuestras "creaciones". Esto es feedback*—para saber lo que estamos haciendo.

Así como se va desplazando la conciencia humana de las creaciones negativas de la Luz magnética hacia las creaciones positivas de la Luz espiritual, se acerca más y más a Dios y al Alma. Algunas personas dejan brillar la Luz a través de su expresión más prontamente que otras. Todos conocemos a personas que manifiestan su Luz a través de ellos mismos y hacia el mundo. Ellos son los que están felices y sonrientes y es un placer estar cerca de ellos, y son los que con su sola presencia nos levantan el ánimo. Cuando tú te manifiestas desde ese centro de Luz, tú amplías tu habilidad de amar y de

*Respuesta que obtenemos por nuestras acciones.

compartir con las personas, de trascender y expresar de una manera más profunda tus sentimientos. Amplías tu habilidad para decir (de muchas maneras) "Gracias por estar presente". Quizás tú pienses que no podrías decirle esto a nadie, que te sonaría como algo ingenuo. ¿Cuáles son tus opciones? Podrías decir: "Deseo con todo mi ser que no estés aquí." O, si esto es demasiado fuerte, tú podrías simplemente ignorar a la gente. Todo ésto podría herir sus sentimientos. Y, ¿qué pasa cuando ignoramos a otros, cuando necesitan una expresión de apoyo y reconocimiento para saber si están en buen camino? Algunas veces es en las pequeñas cosas que las personas necesitan más de tu amor y Luz. Algunas veces una palmadita en la espalda y un rápido "Es realmente lindo verte", pueden hacer mucho para el despertar a la conciencia de la Luz en otros. Ellos así podrían erguirse y así enfrentar el día mejor. Y ese servicio de amor podrá retornar a ti más adelante. Es hermoso cosechar esos actos de benevolencia.

Unos cuantos años atrás conocí al principal de un colegio el cual no dejaba manifestar mucho la Luz a través de su persona. Caminaba por los pasillos—con grave solemnidad, sonriendo rara vez. Siempre que se encontraba cerca de los maestros, éstos pensaban "Me pregunto ¿qué es lo que habré hecho mal?" Los estudiantes preguntaban: "¿Qué es lo que le pasa?" Creaba mucha tensión con su sola presencia. Esto hacía que todos sintieran estar en falta menos el principal. Así pues, después de algunos años fue transferido a otro colegio, y el nuevo principal a diferencia del anterior sonreía y reía, manifestando su ser interior con los maestros y estudiantes. Cuando le gustaba algo, lo demostraba; y cuando no, sugería cambios. Y fue asombroso como la moral se levantó en todo el colegio porque un hombre dejó que la Luz dentro de él brillara hacia afuera y expresara el amor que sentía por las personas que lo rodeaban.

Aprendiendo a dejar que la Luz espiritual fluya libremente puede llegar a ser una de tus experiencias más reconfortantes. Esa Luz que está dentro de ti te guiará mientras aprendes a enfocarte hacia tu dirección. Si tú te sientas en tu coche y pides que la Luz te rodee y proteja y luego manejas

descontroladamente, esa Luz no hará mucho por ti. Puede ser que la Luz blanca que pediste que te ayudara le pida a la luz roja por una ayuda especial. Sin embargo, te sientas en el automóvil y enfocas la Luz dentro de ti, manejarás, seguramente, a la velocidad preestablecida. Serás cuidadoso. Prestarás más atención. Entonces, para la Luz, será más fácil trabajar contigo.

Es, en la observación, cuando uno se convierte en un ser más conciente. Y en esa toma de conciencia, encontrarás medios mejores, más eficientes, más eficaces para vivir tu vida a un nivel óptimo. Entonces, nunca tendrás que preocuparte de encontrarte descolocado por tu incompetencia. Si tú continúas incrementando tu toma de conciencia y explayándola hacia niveles mayores, no habrá ningún nivel de incompetencia; habrá solamente acción, movimiento. Y, el movimiento de alumbramiento espiritual, estará siempre abierto.

Nadie te ha negado crecer, excepto tú mismo o esas personas que tú has dejado que te lo negaran a ti. Si alguno te dice: "No puedes hacer ésto; y si lo haces te irás al diablo," o "Si no lo haces a mi manera, estarás equivocado"—hazte un favor y huye de ese medio. Sal de ahí porque, esa persona está destruyendo el área de acción que has preestablecido, ese área de acción que ha estado funcionando eficientemente para ti. Y ninguno tiene ese derecho. Porque por la Luz dentro de ti, porque por el alma dentro de ti la cual es una extensión de Dios, tienes el derecho inherente a esas cosas que tú crees serán buenas para ti, que funcionarán para ti.

Puede que tú no siempre sepas lo que funcionará para ti. No te preocupes. No siempre tienes que saber. Quizás pruebes algo y no funcione. Esto no es una catástrofe, siempre y cuando no vuelvas a hacerlo, sabiendo que no funciona. Está bien si te lo quitas de encima y te vuelcas a la próxima cosa. Podrás atravesar una serie de hechos que no funcionan—pero siempre y cuando aprendas de tus experiencias, todo puede ser de valor. Adquieres sabiduría a través de la experiencia.

Cuando observas a personas comportarse en forma errática, reconoce que probablemente están buscando un camino que funcione. Mantén una forma de pensamiento de amor dentro de ti y diles: "No te procupes. Tú podrás sobreponerte. Has atravesado tiempos peores. Podrás atravesar ésta." Quizás te digan: "No sé cómo. No creo poder hacerlo. Desearía no tener que pasar por todo ésto. "Diles entonces: "Quizás no tengas que hacerlo de esta forma. ¿Qué harías tú si pudieras cambiarlo? Quizás podrían saber. También podrían llegar a decir como podrían solucionarlo. Y si pueden, tú podrías sugerir: "Entonces vé y hazlo. Cambia la situación. Toma el camino que piensas que funcionará para ti."

Si tú piensas que tienes la oportunidad de hacer lo que tú piensas que funcionará para ti, hazlo entonces. No te preocupes lo que digan o piensen los vecinos. La gente pensará y dirá muchas cosas. No puedes vivir tu vida basándote en las opiniones y chismes de otros. Si piensas que algo funciona para ti, hazlo. Tantas veces evaluamos algo pasado y decimos "Hubiera sido más fácil si hubiera hecho ésto o lo otro." Cuando tú te encuentras en medio de un "problema", pregúntate qué es lo que eventualmente va a pasar—y, si puedes ver una solución, llévala a cabo inmediatamente, y estarás libre de él. Si tu hijo derrama leche sobre el piso, ¿qué es lo que tienes que hacer eventualmente? Tendrás que limpiarlo, obviamente, y ver de conseguir otro vaso de leche para tu hijo. Te puedes sentir molesta al principio, y luego limpiar el piso. O puedes ahorrarte esa energía de sentirte molesta, poniéndote fuera de equilibrio en tus propias energías más sutiles, y, quizás estar diciendo cosas que, realmente, no quieres decir—y sólo limpiar el piso lo más pronto posible. Si eventualmente, vas a hacer algo, más vale que lo hagas ya. Será mucho más fácil.

Si miras hacia atrás, hacia tu pasado, y dices: "Hubiera debido hacer ésto o lo otro . . .". Retrospectivamente, tú sabes lo que hubiera sido la acción correcta, la acción de la Luz. Mirar hacia el futuro es tener sabiduría, dada solamente, a aquéllos que mirarán hacia adelante. Tener conciencia del

presente, está al alcance de todos los que quieren usarlo. Si vives en el presente y observas, no necesitarás mirar hacia el pasado, dado que no tendrás nada para reprocharte. Y no tendrás ningún problema con el futuro porque, cuando vivas en el ahora, tú tienes poder de adaptación y podrás manejar cualquier situación que se cruce en tu camino.

Siempre puedes manejar el momento presente. No hay ninguna dificultad en ello. La dificultad surge al permitir que tu mente y tus emociones te dividan entre el ayer y el mañana y disipen tus energías. Eso es lo que realmente pasa. Tus energías se dispersan y pensarás: "Realmente estoy desconcertándome. Tengo que descansar más. Mejor sería que fuera a la cama." Entonces te vas a la cama, y créelo o no, el alma puede dejar el cuerpo e ir hacia el campo energético de la Luz pura y tomar esa quietud de contentamiento del ser en su más pura expresión. La mente y las emociones se calman. Entonces es, cuando el alma vuelve y recarga al cuerpo de energía positiva, de Luz espiritual, y te despiertas a la mañana sintiéndote mucho mejor. Y dices: "Realmente hoy me siento mejor". Tú lo estás. Las energías están juntas y presentes en el aquí y ahora.

La eterna búsqueda dentro de todos, aunque le des diferentes nombres, es siempre hacia una felicidad mayor, un éxito mayor, una mayor habilidad para hacer, para concretar. Algunas veces es llamada comodidad, o seguridad o bienestar. Algunas veces es llamada auto-realización, armonía, conciencia universal o realización de Dios. No importa cómo la llames, será esa cosa que funcionará para ti y traerá la felicidad que sabes que es tu herencia. Es una gran verdad que la felicidad, la alegría y el éxito son tu herencia. Existen llaves presentes dentro de tu conciencia que abrirán las puertas hacia esos derroteros.

La conciencia humana es muy compleja. Hay infinidad de capas y niveles dentro de ella. El descubrimiento de ti mismo puede llegar a ser una aventura excitante y gratificante que nunca hubieras imaginado. A través de este camino puedes protagonizar muchas cosas, pasando por desesperanza, soledad, y estar hasta exhausto. Pero, seguramente, te darás ex-

periencia de amor, éxtasis, alegría y dicha. Y con seguridad descubrirás que el polo negativo de tus experiencias es nada más que una ilusión y el polo positivo de tus experiencias es la realidad. También descubrirás que tu verdadero ser interior es espiritual por naturaleza y que tu cuerpo físico y personalidad son sus hogares temporarios. Descubrirás que la Luz es tu sola realidad y que la experiencia de Dios es lo único que existe.

A medida que descubres la naturaleza espiritual en ti mismo, encontrarás que te conviertes en un ser práctico en tu modo de vivir. Así como disipas las ilusiones y errores de concepto con los cuales has estado viviendo, encontrarás esas cosas que son reales y verdaderas, se clarificarán cada vez más. Así como aprendes a dirigirte dentro de estas áreas de realidad y, sobrepasar las ilusiones, expresando la naturaleza positiva de tu ser espiritual, aprendes a trabajar con la Luz dentro de ti. Te movilizarás, automáticamente, hacia salud, abundancia y felicidad. Es imposible que te equivoques.

La conciencia humana

Han habido grandes avances hechos en los últimos años, referentes a la exploración de la conciencia humana. Han habido muchas nuevas técnicas desarrolladas para analizar y chequear y han sido registrados varios aspectos de la conciencia. Científicos de la conducta humana están trabajando diariamente para perfeccionar sus instrumentos de medición. Y es todavía verdad que, lo más obvio queda como lo más intangible—la completa conciencia humana. Ha construído toda la maquinaria, determinado los métodos, pensado las ideas, desarrollada la tecnología—y todavía no puede medirse a sí misma. Y para una conciencia medir a otra es casi imposible. Hay demasiadas variantes involucradas. Hay demasiados niveles y capas de experiencias internas y externas para posibilitar que una persona conozca a otra completamente. Sólo la misma persona puede llegar a entenderse a sí misma a través de su experiencia.

No hay dos personas que hayan tenido la misma experiencia. Pero la gente tiene experiencias similares, y así encuentran puntos de comunicación a través de los cuales se relacionan exitosamente el uno con el otro. ¿Has notado alguna vez que la gente se parece mucho? La mayoría de la gente tiene dos ojos, una nariz, dos orejas. Estos son comunes denominadores. Todas las personas tienen cualidades similares de mente, emociones e inconciente, y a través de esas similitudes, nos encontramos teniendo similares experiencias. Todos hemos tenido niveles de experiencia similares con

nuestra familia, en nuestras escuelas y en nuestros trabajos. Nos hemos reído de los mismos chistes y hemos llorado cuando un ser amado se ha lastimado o enfermado. Estos son todos factores de la conciencia humana que tenemos en común. Aunque, dentro de estas similitudes cada conciencia individual es única, y las experiencias de cada uno son especiales a uno mismo. Cuando nos comunicamos el uno con el otro, frecuentemente compartimos nuestras experiencias como una forma de compartir la Luz de nuestro ser interior. Y son nuestras experiencias las que manifiestan la totalidad de la realidad para nosotros.

Una amiga mía, hace unos años, estaba viajando y estaba contando sus experiencias con un gurú hindú a un médico que viajaba en el mismo avión. Al contarle de cómo un objeto había sido materializado para ella, dijo: "Eso no puede ser verdad". Ella dijo: "Bueno, quizás no, pero ha sido mi experiencia." Ella no dijo que ella *sentía* que el objeto había sido materializado, o que había *pensado* que había sido materializado. Ella, simplemente, dijo: "Esta ha sido mi experiencia."

El nivel de experiencia de la conciencia es la única validez real de lo que eres y de lo que tú estás haciendo. Es la única cosa en este nivel que tiene realidad. El cuerpo físico cambia, se llena de dolores y achaques, se pone gordo o flaco, o se enferma. Las emociones fluctúan—estás bien un día y mal el otro. La mente cambia continuamente. Es nuestra experiencia el más válido punto de referencia.

Si alguien explota un fuego artificial a un metro de ti, tú experiementarás la explosión. Si alguien da un portazo, experimentarás eso. Pero si te amenazan de explotar un fuego artificial o dar un portazo, tú no tendrás esa experiencia. Las palabras no son hechos. Es sólo cuando pasa que tienes la experiencia. Si alguien te dice o habla de cosas espirituales, tú no tienes la experiencia de ello. Pero si ellos hablan con el corazón desde el centro de Luz, pueden llegar a movilizar ese centro de Luz dentro de ti. Y eso puede ser el principio de tu experiencia.

Cuando eso que es la Luz dentro de ti empiece a despertar, empezará a presionar sobre las falsedades dentro de tu conciencia. Empujará contra los falsos pensamientos; presionará en contra de las falsas imágenes en ti. Presionará en contra de todos los puntos de referencia del plano negativo que has aceptado como tu "yo".

Algunas personas han aceptado la belleza física como a sus puntos de referencia. Si tú eres hermoso, lo has concretado. Si no, será una terrible catástrofe, porque tu vida será un total fracaso. ¡Qué ilusión! Aunque, es en este plano que viven algunas personas. Los medios de comunicación masiva han hecho mucho para promover este punto de referencia particular. Esos que han aceptado lo que dicen nuestros hombres de publicidad, creen que, para ser feliz, debes tener los dientes más blancos, el pelo más hermoso, oler bien todo el tiempo y usar medias que no te cuelguen alrededor de los tobillos.

Algunas personas han aceptado el dinero como su punto de referencia. Una vez escuché a un joven estudiante graduado en criminología, quien estaba exponiendo su teoría a un policía con veinte años de experiencia en su trabajo. Después de un rato el policía le dijo: "¿Si eres tan vivo donde está todo tu dinero?" Y el joven le dijo: "¿Si tú eres tan vivo adónde está el tuyo?" Entonces el policía empezó a sacar dinero de sus bolsillos, diciéndole: "Esto es parte de él." Tener dinero no significa ser inteligente, pero puede ser un indicador de ello. Primeramente, tener dinero es sólo un indicador de tener dinero.

Tu mejor punto de referencia para cualquier cosa es tu experiencia. Si he ganado dinero, entonces tengo un punto de referencia para ganar dinero. Y si me preguntas a mí cómo ganar dinero, yo puedo compartir mi experiencia contigo. Y si tú puedes usarla para tu provecho, entonces la comunicación ha sido buena. Pero si tú me preguntas cómo ganar dinero y yo comparto mi experiencia de barrenar sobre las olas durante mis vacaciones en la playa, entonces la comunicación ha sido pésima.

¿Has estado alguna vez en un terremoto? ¿No? Si te cuento mi experiencia en uno, quizás no sepas de lo que estoy hablando. Podría decir que me sentía mal, abandonado, desprotegido, y aterrorizado, y todavía no sabrías lo que fue mi experiencia.

Pero si tú experimentaras un terremoto, inmediatamente dirías: "Ahora sé de qué me hablabas." Los dos podríamos decir: "Sí ya sé", y la comunicación sería completa. Cuando existe ese denominador común de experiencia, no es necesario tener mucha comunicación verbal—la comunicación se manifiesta a niveles más profundos.

Hay muchos aspectos de la conciencia humana que tenemos en común, y esto hace posible que se llegue a una comunicación fundamental. Nuestras experiencias en ciertos niveles quizá no sean idénticas, pero serán suficientemente aproximadas a nuestro entender, y cuando nos acercamos dentro de nuestros niveles de experiencia, podemos llegar a aprender el uno del otro. Y cuando tú puedes aprender de otra persona, de su experiencia, tú no tendrás que pasar por lo mismo. Si yo me quemo la mano con la estufa y al mismo tiempo puedo comunicarte el dolor de la mano quemada, tú podrás aprender de mi experiencia y así pasar por alto esta situación. Esta es la razón para compartir y comunicar experiencias los unos con los otros.

Cada experiencia que tenemos apunta hacia el camino de la realidad. Inclusive las experiencias negativas, las pruebas y tribulaciones, son tus intentos de sacudirte para despertar de tus ilusiones que has creado con tus pensamientos ambiguos o con tus altibajos emocionales. Cada experiencia apunta a través de las ilusiones y hacia ese Dios interior.

La conciencia humana quiere cortar a través de todas las cosas que no están funcionando para ella. No quiere ser frenada o contenida. Forcejeará para desprenderse de las cosas que quieran aprisionarla. Este es el Espíritu indomable dentro del ser humano sobre este planeta. Hay hombres que se contentan con las energías de la tierra, pero el ser humano

que llega dentro de la más alta conciencia del Amor y el Espíritu puro caminará con el Bienamado y podrá tener experiencias de naturaleza transcendental y transformarse en uno con la energía de la Luz. Y esa persona puede atraer la gran Luz dentro de sí, casi a voluntad, con sólo pedir por su presencia. ¿Qué debes hacer para pedir que el Espíritu de Dios venga y trabaje contigo y te asista? Sólo pide en una conciencia de amor puro para que esa Luz esté presente contigo y te asista para los más altos fines y que esté con otros y que los asista también, para los más altos fines. Es realmente así de fácil.

La tradición ha creado falsos puntos de referencia para nosotros. Esta dice que vayas a la iglesia los domingos y reces a tu Dios. Pero, ¿qué pasa si lo necesitas el martes? Una vez escuché a un ministro hablar a su congregación: "Si tú no quieres levantarte de la cama y arrodillarte al lado de ella para rezarle a Dios, por qué tiene El que contestarte?" Y, por supuesto la contestación es: "Porque El es Dios." Pero ésa no era la contestación que el ministro tuvo en mente. Pero si tu Dios no te contesta el rezo que es verdaderamente de tu corazón—aunque estés arrodillado, sobre tu cabeza, en la ducha, o manejando en una carretera—tú no tienes un Dios suficientemente grande. Y ésto lo asevero. Dios no requiere ningunas palabras especiales, o postura especial, o alguna otra cosa especial. El está íntegramente presente contigo todo el tiempo. En cualquier momento que tú pidas, sinceramente, que la Luz te asista, estará ahí. Las palabras no son necesarias.

Dios está en todo—en cualquier lado, todo el tiempo, completamente presente. No puedes definir a Dios con palabras. Hay pocos puntos de referencia en estos mundos inferiores para Dios. Aún, desde tu nivel de experiencia, puedes conocer partes de Dios. Dios no es físico, no es emocional, no es mental. Dios está más allá de estos niveles. Dios es. Puedes conocer partes de Dios desde este nivel, pero no conoces a Dios en su integridad total. La conciencia humana puede construir montañas, dinamitar puentes, viajar a la luna o destruir ciudades—pero no puede arrancar el velo que separa el plano físico del espiritual. No puede ser rasgado, ni perforado. Pero puedes transformarte y movilizar tu con-

ciencia a través del velo de los planos inferiores y movilizarte dentro del espiritual.

Los patrones de energía del cuerpo

El cuerpo físico es Espíritu comprimido. El cuerpo físico es espiritual, pero su forma ha sido alterada. La estructura física del cuerpo es el nivel más denso de muchos planos de la conciencia humana. Los otros niveles incluyen: la estructura emocional, la mental y la inconciente. Estas son todas partes de la experiencia físico-humana. Todos los niveles son espirituales; todos son gobernados por esta ley espiritual. Al trabajar dentro de las leyes espirituales, todos los aspectos de la conciencia humana pueden fluir, juntos, en balance y armonía y permitir que el individuo experimente plenamente la realidad dentro de él.

Hay muchos aspectos de la conciencia del cuerpo que no están entendidos o quizás lo estén, sólo parcialmente. Puesto que tú y tu cuerpo deben compartir el mismo espacio y trabajar muy cerca juntos, es importante para ti que entiendas lo más posible lo inherente a tu cuerpo, para que puedas hacer de él una herramienta efectiva para el crecimiento de tu conciencia y para estar lo más cómodo posible con todos los niveles dentro de ti.

El cuerpo físico está condensado y comprimido aquí, en el plano físico, pero algo se prolonga dentro de la esencia invisible. Las cosas físico-materiales se dispersarán eventualmente; no duran. Pero las cosas invisibles son cosas espirituales, y perduran para siempre.

Tu cuerpo no es ni malvado, o endiablado o tu enemigo. Es una herramienta, un vehículo diseñado para darte movilidad sobre el plano físico y permitir que ciertas experiencias se manifiesten en el plano físico. Y en relación a lo espiritual, podemos decir que el cuerpo es un templo para el Alma—sobre este plano físico. Por estas razones es importante mantener el cuerpo sano y en condiciones, para que te asista en tu progresión espiritual, y no impedírtelo. Si el cuerpo se encuentra en un estado de enfermedad, de dolor o de molestia, puede distraerte de tu toma de conciencia de lo espiritual. También, si te preocupas demasiado de tu cuerpo, podrá distraerte de tu camino. La acción de más equilibrio es mantener el cuerpo sano y en forma, así estarás libre para desplazar tu toma de conciencia desde el físico y hacia y dentro de otros niveles más sutiles.

Voy a parafrasear la Biblia por un momento: Dios dijo que la palabra se hizo carne. La palabra fue la carne, y la carne fue la iglesia. Dios no dijo que la palabra fuera el edificio la cual fuera la iglesia. Dios no dijo que la iglesia fuera una estructura con cuatro rincones, con piso y techo. Dios dijo que la palabra era la carne, y la carne era la iglesia. ¿Entiendes? No tienes que ir a ningún lugar en especial para estar en la iglesia. Estás dentro de una iglesia, y te encuentras en terreno sagrado. Es por eso que tú cuidas tu cuerpo—para tener a la iglesia, ese templo de Dios limpio, y no dejar que tu templo te mal represente por tu negligencia, usando ropa linda y limpia, con tu pelo limpio también, manteniéndote agradable a los sentidos para que las personas puedan ver que hay ese hermoso templo en ti en el cual reside el espíritu de Dios. Porque el cuerpo es un templo del Alma, es que haces estas cosas; no habiendo otra razón para ello.

Tú no tienes que, necesariamente, vestirte, modelarte el pelo, o hacer cualquier otra cosa por alguna otra persona. Tú te arreglas bien para ti, para agradar al Dios en ti. Hace mucho tiempo atrás alguien me dijo: "Usas los pantalones muy cortos". Y le dije: "¿Por qué no me compras uno nuevo?" La persona quedó algo desconcertada. Pero mi punto de vista era que mi pantalón estaba limpio y arreglado, y sólo porque el estilo de ropa había cambiado un poco recientemente, no sentía la necesidad de ir a comprarme todo

un guardaropa nuevo. Pero ya que era la preocupación de esa persona, mi punto de vista era: "Bueno, tú arréglamelo." La gente pensará lo que pensará, no importa lo que tú hagas. No se puede complacer a todos, uno puede complacerse a sí mismo. ¿Qué pasa si tú tienes un hermoso pelo negro, y a tu chica realmente le encanta pero, en pocos años te pones calvo? ¿Qué pasa entonces? ¿Fue su amor basado en lo bello que era tu pelo? Esperemos que no. Tengamos la esperanza que podamos todos ver más allá de las ilusiones del cuerpo físico y ver la belleza espiritual.

Muchas veces se ha dicho que los ojos son las ventanas del alma. Los ojos son problemente la parte más hermosa del cuerpo físico y cuando miramos dentro de los ojos de los demás, miramos dentro de sus almas. Trata de no empañar esa ventana, ten cuidado. Usa tu sabiduría. No abuses de tu cuerpo ni lo corrompas consumiendo cosas que pueden perturbar o destruir tu sistema nervioso. Pon en tu cuerpo las cosas que lo harán sano, esas cosas que lo harán fuerte y hermoso. Eso es ejercitar tu sabiduría. Tú sabes que la sabiduría es dada a todos, pero sólo un grupo reducido elige usarla. Si tú decides usar tu sabiduría, tendrás muchas, muchas oportunidades. Algunas personas piensan que la sabiduría se encuentra en una enciclopedia o en un diccionario, o en las universidades o las bibliotecas. Puede ser, y puede ser también encontrado en otros libros, o en tu pequeño hijo o hija. Pero, probablemente encontrarás la sabiduría dentro de ti— porque la sabiduría viene de Dios y Dios está dentro de ti.

Felicidad y alegría vienen de adentro, son atributos de Dios. La gente muchas veces me ha preguntado: "¿Cuál es la felicidad y la alegría que residen dentro de ti, John-Roger? Parece como si siempre estuvieran allí, es como sentir que uno estará por reírse en cualquier momento." Eso es Dios. Muchas veces siento que voy a destornillarme de risa, porque la energía del amor y la alegría son tan fuertes como el Espíritu. El amor y la alegría son de Dios.

En el MSIA (Movimiento del Sendero Interno del Amor) hay tanta risa y alegría que la gente se divierte mucho. Al-

gunas veces, les inquieta a las personas, cuando vienen a nuestros seminarios los chistes y la risa, más chistes y más risas—y algunas personas piensan que "gente espiritual" no hace eso. Tengo noticias para ti. Gente espiritual hace exactamente éso, solamente porque son personas espirituales. Las personas pueden hacer de todo, siempre y cuando no se perjudiquen ni perjudiquen a otros. Las personas espirituales no se permiten encasillar con nada. Están siempre en constante fluir. Cuando es el momento apropiado de reirse y divertirse, éso es lo que se manifiesta. Pero cuando la energía cambia y cuando es tiempo de introspección y contemplación, eso es entonces lo que se manifiesta. Y cuando es tiempo de tomar parte en el mundo y trabajar, es esto entonces lo que pasa. La persona espiritual, se inclinará siempre a estar abierto para recibir el flujo de energía proveniente del Espíritu y movilizarse hacia cualquier camino que esté indicado—libremente y con amor.

Tan pronto te encuentras cerrado en la noción preconcebida de cómo las cosas "deben ser", ten cuidado. Tan pronto sientas que has "encontrado a Dios" y te cierras en la idea, pudiendo haberte cerrado a ti mismo hacia todas las otras posibilidades. Dios está en todas las cosas, abarcándolo todo. Si te auto-limitas con Dios, házlo con una mano y, con la otra, estírala, tratando de encontrar y ver a un Dios más alto. Si lo haces, despréndete del otro, y aférrate al que tienes, y llega un poco más alto. Dios no conoce fronteras, así que, ¿para qué ponérselas desde una conciencia tridimensional? Es muy díficil hacerlo.

Dios es, en términos de geometría; "365 grados". Por supuesto, que yo sé que un círculo tiene 360 grados, pero Dios es mucho más que eso. Existe siempre un más, siempre hay un etcétera". Siempre hay más. No hay forma de conocer a Dios totalmente desde el plano de la conciencia física; no es posible. Si tú siempre te extiendes, te mantienes en la actitud de poder alcanzar, tú lo encontrarás a El. Y, si quedas atrapado en una ilusión, despreocúpate. Si te mantienes en movimiento, tú podrás conseguir salir de esa situación.

Este plano físico es un mundo de ilusión. Todos noso-

tros funcionamos con ilusiones, de una manera u otra, la mayoría de las veces. Es de poca importancia. Solamente es de cierta importancia si tú quedas atrapado en esa ilusión. Ilusiones pueden ser realmente importantes—pueden ayudar a mantener el equilibrio por un cierto tiempo. Y, si funcionan, quédate con ellas. Cuando no funcionan más, líbrate de ellas y búscate una mejor ilusión.

Parte de la realidad de la experiencia física es tener un cuerpo físico y aceptar que existen ciertos "programas" dentro de ti que deben ser completados. Tú tienes que comer, y probablemente te sientas mejor cuando consumas cierto tipo de comida. Tú tienes que guiar tu educación dentro de la sociedad en cierta forma, visualmente yendo a la escuela. Tienes que agradar y ser aceptado por ciertas personas, y tienes que empezar a tomar conciencia con estas cosas dentro de ti y de otros que te mantendrán y te ayudarán a mantenerte en equilibrio. Este es el Movimiento del Sendero Interno del Amor. Es una cosa invisible dentro de ti—aunque, es en la toma de conciencia que es muy real.

La mayoría de Uds. han estudiado, leído, y experimentado suficientemente para saber que el cuerpo físico no es lo que somos. Eres esa cualidad intangible que percibes en forma sutil y en breves momentos. Tú conoces ese intangible "ser interior" cuando tú observas a tu hijo o hija crecer y al mismo tiempo sentir ese amor que se explaya más allá de todo. Algunas veces conoces ese intangible "ser interior" cuando todo lo que te rodea parece funcionar mal, y es entonces que ves un hermoso amanecer u observas el volar de un pájaro o la risa de un niño—y te sientes bien, visto y considerando la situación en que te encuentras. Conoces ese intangible "ser interior" cuando te sientas muy quieto y pones tus emociones en equilibrio "neutral" y callas tu mente para así tomar contacto con ese algo que está detrás de todos estos niveles—algo que puede controlar y dirigir el cuerpo, las emociones y la mente. Y esa esencia detrás de todo eso eres tú, "tu ser interior."

La única forma de conocer esa parte intangible, invisible, "ser interior" es ir y llegar a ese punto del "existe". Ese

puede ser un lugar difícil de encontrar–puede llegar a ser un camino muy arduo. Para encontrarlo quizás tengas que ser un super-científico. No hablo del científico del tipo terrenal, pero de sí de ese que busca– no importa lo que pueda pasar, no importa dónde–dentro de la verdad. La verdad nunca puede destruirte. Al contrario, te amplifica y te hace ser lo que realmente eres. La verdad te librará de la ilusión y te dirigirá siempre dentro de lo que tú eres. No hay nada que termerle a la verdad.

Existen muchos niveles dentro de la ilusion y dentro de la verdad. Pueden existir lado a lado. Esto suena como una paradoja, pero no lo es. Por un lado decimos que el cuerpo físico es una ilusión. Y cuando es percibido desde la conciencia más elevada, donde sólo se encuentra el alma, sólo el espíritu, es entonces verdad que el cuerpo físico es una ilusión. Pero mientras estés aquí, sobre el plano físico, trabajando dentro de la conciencia humana, ese cuerpo físico es muy real y hay muchas verdades relacionadas con la experiencia física.

Cada nivel de existencia funciona sobre ciertos planos de energía y frecuencia. Hay patrones o "flujos" de energía a tu alrededor, todo el tiempo. En esencia, todo en la existencia es una cierta configuración de energía; es la sustancia de que todo está hecho. Si tú te encuentras enfocado en un flujo de energía que se eleva, tú, muy por seguro, te sentirás muy feliz y percibirás esas cosas que funcionan bien en ti. Te sentirás sano y vital en tu actitud hacia la vida. Pero si tú, de alguna forma estás bloqueando ese flujo de energía, o te encuentras enfocado en un flujo descendente, puedes llegar a sentirte enfermo o deprimido o infeliz con todas las cosas que tú haces.

Comprendiendo lo que es el campo de energía del cuerpo, puede llegar a ser muy importante para ti. Dentro del cuerpo físico se encuentran dos campos magnéticos de energía, uno positivo y otro negativo. Son líneas de fuerza para-magnéticas. Pasan a través de la parte superior de la cabeza juntos y luego se separan uno de cada lado del cuerpo. Podemos trabajar con estas energías de muchas formas. ¿Has notado alguna vez, al tener una confrontación directa con una per-

sona, con un extraño, o con una persona que no tienes suficientes cosas en común, usualmente te sentarás con los brazos y piernas cruzadas? Cuando cruzas tus piernas o brazos, estás "haciendo un corto circuito", con las líneas de energía magnéticas y estás reteniendo la energía dentro de tu campo de fuerza. No estás permitiendo que la energía fluya libremente a través tuyo y hacia la otra persona; esto es una buena forma de protegerte y también conservar tu energía. Pero si estás en una situación, desde ya, y quieres hacer sentir a la otra persona cómoda, vas a querer sentarte en una posición más abierta, con más apertura, con los brazos y las piernas sin cruzar. Ella sentirá el flujo de tu energía. Si es positiva, hecho con amor, muy probablemente se sentirán muy confortables contigo y con la situación.

Hay ciertas energías en el planeta que el cuerpo humano toma de la tierra en sí. Muchas veces llamamos a las personas "terrenales" cuando se encuentran enfocadas en esa energía y trabajan con ella. Es muy poderosa esta energía y puede ser también muy sana. Cuando la gente va a la playa, se saca los zapatos y camina sobre la arena. O recuerda cómo, cuando eras pequeña o pequeño te gustaba rodar desde una colina o jugar en el barro. Y mucha gente adulta encuentra que es cómodo y sano trabajar en el jardín. Todas estas cosas hacen que tengamos contacto con la tierra y con las energías de la tierra.

Has observado alguna vez a un buen vendedor trabajar? Comúnmente se para con los pies uno muy cerca del otro y con las rodillas pegadas. Toman la energía desde abajo y la van llevando hacia arriba, hacia su boca y sus ojos. Puedes llegar a sentir la fuerza de esta energía. Puedes llegar a sentirla de manera apabullante, y sentir también tu energía en corto circuito, y puedes sentirte que te estás entregando a ella—quizás puede que no te guste. Sabes que te van a vender algo y también sabes que tu esposa o esposo se va a enojar mucho contigo, y tomando en cuenta esto no puedes decir "no". Saben encontrar tu punto débil y dirigir la energía a ese punto. Comúnmente dirigen la energía a través de sus ojos a los tuyos. Te miran tan fijamente que tú tienes que mirar hacia otra parte. Si tú deseas bloquear esta energía, esta fuerza, cuando alguien te hace ésto a ti, mírale a esa

persona el oído en vez de los ojos. Dispersas, de esa forma, la energía de esa persona, porque ya no eres cautivo de ella. Cuando le respondes a esa persona, enfocas en los ojos otra vez– o lo que tú sientes es el ojo dominante de esa persona. Y cuando hablas, diriges la energía de tu conciencia más allá de ella. En karate, mucho del poder contenido en los golpes viene del campo de fuerza de la energía que es proyectado más allá del objeto que se va a golpear. La energía no está dirigida hacia el objeto; está dirigida más allá del objeto. Cuando tú quieres reafirmar un punto en lo que dices a la otra persona, habla más allá de ella. Y cuando terminas, mueves tus ojos fuera de la línea de ellos.

Cuantas personas te dan la mano y encuentras que es un gran indicador de cómo trabajan ellas con sus propios patrones de energía magnética. La persona que da la mano en forma muy breve no da mucho de sí mismo—en ese momento particular. Algunas personas solamente golpean las manos y siguen su camino. Conservan de esa forma su energía, y no se la dan a nadie. Algunos amigos se dan la mano en forma larga, y están felices de intercambiar esa energía y manifestar esos buenos sentimientos para con el otro.

Todas estas técnicas funcionan con la Luz magnética, pero no con la Luz espiritual. Estas son técnicas que te funcionarán en el plano físico del mundo. Mientras trabajas con la Luz magnética., mantiene en la mente que estás trabajando en los planos negativos y que lo que tú creas aquí te retornará, más adelante. Entonces, si tú practicas estas técnicas, mantén tu conciencia clara y neutral lo más posible. No te estoy diciendo estas cosas para que abuses de este conocimiento o de que te aproveches de otras personas. Pero muchas personas conocen estas técnicas, conciente e inconcientemente, y tú tienes también el derecho de conocerlas, para poder protegerte y ser capaz de poder manejar estas situaciones con otras personas.

Hay muchos indicadores de cambios humanos en cada día de nuestras vidas que manifiestan como una persona está trabajando con los patrones de energía en su cuerpo. Es muy importante que aprendas como guardar la energía balanceada

en ti mismo y ser capaz, concientemente, de dirigirla para que sea lo más efectiva para ti.

Los patrones de energía de las emociones

Hay un gran sentimiento de seguridad en saber de que todas las cosas vienen de Dios—inclusive las actitudes negativas, depresiones, y otras emociones de ese nivel. Todo es de Dios. Dios es multidimensional. Dios se encuentra en todos lados y en todos los niveles de conciencia. Las cosas que consideramos "emociones negativas" (como el enojo, la lujuria, la venganza, la mezquindad, etc.) son experiencias que tú tienes que atravesar. Si tú aprendes a saber de qué se tratan, tú no tendrás que repetir esas experiencias. Y si tú no lo aprendes, probablemente te encontrarás atravesando la misma situación una y otra vez. Ambos caminos son buenos. Este nivel fue construído para el éxito—todo el mundo triunfa eventualmente.

Los elementos que componen la parte emocional de la conciencia humana son, una vez más, un aspecto de los patrones de energía. Cuando las energías se elevan, probablemente te sentirás muy bien. Pero cuando decaen, probablemente te has de sentir mal. Estos patrones de energía fluyen en ciclos, sintiendo que, algunos días, estarás emocionalmente mejor que otros. Si te encuentras "arriba" o "abajo" emocionalmente, no te juzgues. Cuando las energías se encuentran arriba, úsalas de tal forma que te ayuden a completar y a hacer lo que te propones. Cuando están abajo, úsalas para descansar, contemplar, relajarte. No importa lo que tú sientas emocionalmente, ya que puede ser usado como un instrumento para tu toma de conciencia.

Si tú estás pasando por un estado de celos, eso es fantástico; hazlo que funcione para ti. Aprende de qué se trata. Participa en la experiencia de forma total, y te librarás a ti mismo de este patrón. Pero puede ser que realmente tengas que atravesar todo este camino, hasta ver todos los aspectos de ella, todas las ilusiones. Una señora vino a verme un día, pidiendo consejos, y me dijo: "Me siento tan mal. Realmente siento que voy para atrás en mi progresión espiritual". Yo le dije: "¿En qué te basas para decir tal cosa?" Si ella, realmente, hubiera sabido que iba para atrás, entonces ella hubiera sabido que no estaba haciéndolo. Si tú piensas que estás yendo hacia atrás, retrocediendo o sientes que vuelves para atrás, no estás percibiéndolo claramente—así que por qué juzgas de tal forma basándote en un error de percepción? Pero ella se sentía realmente muy mal, lo cual consideraba que era un indicativo de retroceder. No hay nada malo en sentir que uno "está mal" o deprimido. Es normal. Esto pasa. Y cuando esto pasa, es una gran oportunidad para contemplar esas cosas dentro de nuestra expresión de vida que están, aparentemente, funcionando para nosotros. Le pregunté a esta señora cual era el problema que tenía, y me dijo: "Estoy tan sola. Nadie me quiere." Yo le dije: "Bueno, si tú piensas que yo te voy a querer cuando ningún otro te quiere, olvídatelo. Quizás ellos saben algo que yo no sé." Ella se rió. Yo le dije: "Pero sí voy a trabajar contigo para que puedas sobrellevar esta situación." Cuando tú sientes que nadie te quiere, es usualmente cuando tú sientes poco amor por ti mismo o por la otra persona, y te has separado de ese centro de Luz dentro de ti. Cuando tú te quieres a ti mismo, entonces es fácil amar a otra persona y que la otra persona te ame a ti; esa energía de Luz y amor está fluyendo libremente. No estoy hablando de lujuria o deseos o expresión sexual. Estos son diferentes al amor. Yo me estoy refiriendo al amor como al fluir universal de la energía espiritual. Tú eres amado solamente porque eres lo que eres; una especial manifestación de afecto de otro individuo realmente no es necesario. Para ser amado no tienes que hacer nada más que sólo ser. Eso es absolutamente suficiente. Esa es la forma de la vida—porque tú eres, es suficiente. La energía del amor es la energía de la Luz. Se encuentra en todas partes. Sólo tienes que enfocarte en ella. Después de hablar de estas ideas

con esta señora que se sentía como apenada por sí misma, ella dijo: "Pero mi marido no me quiere. No dedica nada de su tiempo en mí. Y yo me pongo tan malditamente celosa." Yo le dije: "¿Realmente? Es muy interesante." Ella me dijo: "¿Interesante? Esto me está destrozando, y ¿tú dices que es interesante?" Yo le dije: "Sí, usa los celos para traerte otra vez en línea y de vuelta a la consideración de tu marido. Quizás tú no lo has tomado demasiado en serio. Quizás te has despreocupado demasiado de él, dejando de trabajar para mantener el amor y el romance en tu matrimonio. Quizás te estás desorientando y transformándote en un lastre en tu matrimonio". Ella dijo: "Puede ser que sí". Yo le dije: "Entonces usa esos celos tuyos como motivaciones para atraer todas las cosas que estaban fuera de línea otra vez en equilibrio." Ella dijo: "Pero claro, éso es lo que voy a hacer." Ella fue a trabajar sobre sí misma, para poder traer esas cosas que levantaran su autoestima, y así conseguir el afecto de su marido otra vez. Tiempo después, sin embargo, decidieron divorciarse. Y algunas de las viejas emociones negativas, surgieron y con éstas un cierto sentido de venganza—ella iba a hacerle pagar por todo. Da la casualidad que un día la encontré y le pregunté: "¿Qué quieres hacer aquí, lastimarlo o liberarte?" Ella dijo: "Quiero liberarme." Yo le dije: "Entonces no lo lastimes. No es necesario." Ella dijo: "Tienes razón." Ella había perdido esa libertad hacia la cual se estaba encaminando y el amor que está presente. No hay razón para negar la existencia del amor universal entre todas las conciencias humanas—más allá de las expresiones de la personalidad individual. Somos todos un espíritu. Cuando tú te separas y te confrontas a otra conciencia, te has separado a ti mismo y negado el Dios que existe en esa otra persona. Y considerando que es el mismo Dios que está dentro de ti, te estás separando a ti mismo de tu propio Dios; niegas a Dios. El resultado será dolor. No hay otra forma de esquivar esta situación.

Tú no tienes que pasar mucho tiempo alrededor de las personas para probar que los quieres. No tienes necesariamente que sentir algo especial por las personalidades de cada uno. Tú no tienes que vivir, acostarte, o ir a jugar al bowling con todos. Pero sí reconocer que cada uno de ellos

es una extensión de Dios—eso es importante. Y lo que es también importante es que tú no te propongas lastimar o agraviar a otras personas. A través del Espíritu somos uno, y la Ley Divina dice que lo que tú creas te retornará. Sabe ser inteligente. Crea armonía, paz, felicidad y amor. Entonces, cuando ésto te retorne, sólo podrá levantarnos pero más alto.

Muchas veces se ha dicho que puedes conocer la presencia del Espíritu a través de la presencia de la alegría en las conciencias de las personas. ¿Tiene ésto que significar que las personas dicen chistes y se ríen todo el tiempo? No. Grandes risotadas, pueden también significar grandes perturbaciones. Una de las artistas que yo conozco estaba dibujando un cuadro de un Cristo que se reía. Me lo mostró una noche y me dijo: "¿Qué piensas?" Yo le dije: "Me gusta." Ella dijo: "¿Te hace feliz?" "Seguro," dije yo. Pero, ella me dijo: "Tú no te sonríes. "Yo le dije: "No me hace sonreír; me hace feliz." Ser feliz puede significar muchas cosas, puede ser un estado de calma, silencio, satisfacción, manifestación de amor, libertad. Puedes estar viendo una buena película y ser feliz. Puedes estar viendo una mala película y ser feliz. Puedes estar haciendo deportes en un día perfecto y ser feliz. Puedes estar cambiando la llanta de tu coche en una ruta en un día de lluvia y ser feliz. La felicidad es un estado interior de "saber que se está bien", puede ser que tenga poco o nada que ver con las circunstancias que te rodean. La felicidad proviene del feliz reconocimiento y del conocimiento de que eres Dios y de que todas tus experiencias provienen de tu aprendizaje, crecimiento y desarrollo espiritual.

Las emociones son sólo un instrumento para tu aprendizaje. Siempre tienes oportunidad de elegir, con cada una de las situaciones, lo que tu actitud será. Puedes elegir por llorar o lamentarte de tu vida o también puedes elegir hacer, lo mejor que puedas con lo que tienes, manteniéndote siempre, lo más equilibrado posible. ¿Te has sentido alguna vez tan mal física y emocionalmente, pero por debajo de ese dolor sentir esa sensación clara de que el dolor pasará y todo volverá a ser lo que era, de que todo estará bien?

Algunas personas llaman a esta actitud "polyana". Pero yo preferiría vivir en esa situación si tuviera la oportunidad. La gente pregunta:" Bueno, ¿qué pasa si llegas al final de ese proceso y tu conciencia "polyana" no ha funcionado?" Me supongo que el tiempo transcurrido en esa situación me ayudará para averiguar lo que pasa—y mientras tanto he tenido un viaje placentero.

Esta vida es para los vivientes, pero no es tanto una vida expresada hacia afuera sino más una vida expresada hacia adentro. Mucha de la realidad está en nuestra actitud, de cómo enfrentamos la vida. Y lo que nosotros expresamos y hacemos es lo que reflejamos de nuestro interior. Es esa actitud interna la cual es importante. Si tú te expresas en esa área de verdad y honestidad dentro de ti, no te equivocarás. Tenemos nosotros una expresión en el MSIA: "la deshonestidad hace perder el derecho a la ayuda divina." Significando que, si uno enfrenta las cosas de una forma deshonesta (desde cualquier nivel-físico, mental, emocional, espiritual), te encontrarás solo. Te encontrarás manejando las consecuencias solo. Pero si tú lo haces en forma honesta, la energía de la Luz te ayudará si te encuentras en problemas. Si haces un error puedes volver a aclararlo. Si tú le pisas a alguien los dedos del pie, pero vuelves y le dices: "Perdóname. Yo realmente te quiero, y no quise lastimarte." Algunas veces es difícil desde el plano de la personalidad decir: "Me equivoqué." Pero al alma no le importa si tienes que decir ésto porque eso es honesto. Has admitido la existencia de un área que te falta aclarar, un área en la que puedes también crecer. Esto hace que el trabajo del alma sea más fácil, porque no estás bloqueando a la Luz para que te llegue y te ayude. Es sólo cuando tú tratas de esconder esas áreas que te faltan aclarar o cubrirlas con cosas, que se pone difícil. Muchas veces he dicho que se necesita gran coraje ver la cara de Dios. No estoy necesariamente hablando de un Dios en forma invisible que reside dentro de cada uno de nosotros. Hablo del Dios de la opinión, el Dios de "qué pensarán los vecinos" (del "qué dirán"), el Dios de "tengo el coraje de mirarte directamente a los ojos y honestamente decirte que te quiero—sin pedir nada a cambio?" Para enfrentar estos "dioses" se necesita coraje. Pero si tú no puedes enfrentar la vida honesta-

mente, es entonces que algunas áreas no están, exactamente, bien. Son áreas que necesitan ser reveídas, puede llegar a ser en la parte física, emocional, o el área mental. Estos son los niveles de karma. No es fácil de mantenerlos claros y al mismo tiempo ser honesto y abierto, pero ese es el objetivo. Y puede ser, también, realizado.

Algunas veces puede llegar a ser muy difícil ser totalmente honesto en las interacciones con las otras personas, porque existen tantos niveles dentro de nosotros simultáneamente. El área emocional puede decir, "no estoy muy seguro si quiero saber la verdad; solamente dime que me quieres." El área sexual puede llegar a decir: "Dime que has sido fiel y que no me has mentido, aunque lo hayas hecho." El área mental puede decir: "Solamente dime la verdad. Yo puedo resistirla. "El área espiritual puede decir: "Realmente es de poca importancia. No va a llegar a hacer mucha diferencia, porque tenemos que vivir en el aquí y ahora en cualquier situación. "Si tú decides que vas a creer o descreer lo que alguna persona te dice, sin chequearlo dentro de ti, te encontrarás realmente atrapado en el mundo de las ilusiones y la negatividad.

Algunas veces pensarás que ciertas personas no pueden manejar el decir la verdad sinceramente, así que decides decirles medias verdades, o una excusa, o una mentira—cualquier cosa "para hacerlo más fácil. No los estás ayudando. Si tú realmente quieres a la persona le dirás la verdad. Si tú te acercas a ella con amor y le pides a la Luz que le ayude a ver la situación claramente, puedes acercarte a cualquier persona y expresarte honestamente, seguro, la verdad algunas veces duele, pero sólo por un rato. El dolor de las mentiras y el engaño puede seguir y seguir y transformarse en algo mucho más complicado con el tiempo.

Una de las cualidades de más valor en tus interacciones con las personas es una de las cuales se mantiene, generalmente, en reserva—y es la de tu amor. Tú piensas: "si tú me amas, entonces yo te querré a ti". Y la otra persona está pensando: "Si tú me amas a mí, entonces yo te amaré." Quedan así neutralizados. Nadie hará el primer movimiento

y algunas veces uno piensa: "Bueno, como yo te quiero un poquito veré cómo me es retribuido." Pero si el amor no es retribuido (en una forma que tú puedes reconocer), entonces sientes que has recibido poco desde tu otra punta, y sientes que te has entregado demasiado desde tu punta. Probablemente has estado corto en la parte de dar y es por eso que sientes que has recibido poco. Si tú hubieras dado el cien por ciento de tu amor, no estarás sintiéndote como te sientes. Te sentirías completo. Pero cuando tú te sientes "corto en el intercambio" o "aprovechado" o "usado", te expresas tú en forma de venganza y de resentimiento, o dices: "Debo seguir mi camino de todas formas. "Realmente no hay ninguna opción en esta tu acción última. Solamente seguirás tu camino. Pero existen dos opciones considerando tu actitud. Una es llorar y otra es reír. Y si tú tienes esa acción, ¿por qué llorar? ¿Por qué no reír? Es mucho más divertido. Es mucho más alegre. Y te ayudará mucho más para enfocarte con las energías más altas de la Luz.

El Espíritu es jovial. La naturaleza del alma es jovial. La personalidad no es siempre jovial, pero si nosotros podemos traspasar las barreras y obstáculos y perturbaciones de la personalidad, es entonces que podemos descubrir el ser interior dentro de nosotros y movernos hacia la unidad de la conciencia que permite que el amor puro se ofrezca y se reciba.

Todos, de alguna forma u otra, ponemos a prueba a todos todo el tiempo, en un esfuerzo para romper las capas de ilusión que rodean al verdadero ser, ese ser, el cual es claro y honesto y manifestador de amor. Los maridos ponen a prueba a sus mujeres, y viceversa. Los niños ponen a prueba a los padres y viceversa. Siempre estás en un estado de "¿me amas o no me amas?" esa es la esencia de todas la pruebas. El marido llega a su casa después del trabajo y le pregunta a la mujer: "¿Me quieres?" Ella dice: "La cena está lista y te he hecho tu postre favorito." Un rato después, ella le pregunta a él: "¿Me quieres?" El le dice: "Te entrego todas las semanas mi sueldo." Lo que los dos están, realmente diciendo es: "Sí, yo te quiero, pero te quiero a mi manera. Te quiero en la forma que soy capaz de querer." Uno puede llegar a decir: "Pero yo quiero que me quieras *a mi forma.*" El otro preguntará:

"¿Cuál es tu forma?" La contestación es: "No estoy muy seguro. Pero lo que yo creo es que quisiera tener absoluto control sobre ti." Bueno, no hay mucha oportunidad para eso. A las personas se les debe dar la libertad para expresar y demostrar su amor y cómo lo sienten. Es muy simple. Si el amor de ellos para contigo no incluye esperarte una hora parado bajo la lluvia, no es ninguna catástrofe, no significa que no te quieren. Solamente significa que no quieren estar parados bajo la lluvia. Estos niveles no necesariamente, tienen que ser iguales. Y todavía puede ser amor.

Algunas personas sienten que atraviesan un infierno—un infierno en sus relaciones, un infierno con el entorno, un infierno con su actitud. No hay ninguna duda de qué les pasa. Pero sólo lo que tienes que hacer es cambiar tu actitud y llamar a cada situación una experiencia de aprendizaje—porque en esta realidad, eso es lo que pasa. Llámalo un escalón en el camino ascendente, y no un obstáculo en tu camino. Es con la actitud que te estás manejando. Es la diferencia entre decir: "¡Buenos días, Dios!" Y ¡Dios mío, de mañana!" Es el mismo día pero con una diferente actitud. Tú puedes hacer este trabajo en diferente forma. Pero como tienes una opción, puedes encontrar lo más placentero llamando las energías positivas de la Luz y el Amor y dejar que la Luz interior brille durante todo el día. Encontraste que al salir hacia el mundo con este pequeño pedazo de Luz, dentro de ti, las cosas te irán mucho mejor. No tendrás muchos problemas. *Tú tendrás* a muchas personas acercándose a ti para compartir esa Luz y ese amor que tú estás manifestando.

Los patrones de energía de la mente

Todos los niveles de la conciencia humana están conectados. Cada uno de ellos afecta al otro de alguna forma. Si tú te sientes deprimido—eso es emocional. Pero eso puede ser configurado (o causado) por la mente. La mente piensa—"Yo no puedo hacer lo que debe ser hecho. No soy competente. No lo puedo hacer"—es entonces que las emociones continúan, es entonces que el nivel físico empieza a sentirse enfermo o cansado. La mejor cura es la acción física. El movimiento destruye la depresión; lo arruinará. La mente y las emociones están ligadas al cuerpo. Así que, si te encuentras arriba y en movimiento y no sentado y pensando solamente en tus fallas y sintiendo tus imperfecciones, cambiarás el estado de tu conciencia dirigiéndolo hacia una mayor energía y Luz.

Pero en una mayor manifestación de la energía, tú traspasarás tus propias restricciones y puedes averiguar que tú puedes llegar a hacer lo que tienes que hacer. Algunas veces cuando las cosas empiezan a moverse, tu conciencia puede llegar a asustarse. La mente tiende a igualar lo que es excitación con miedo. Algo inusual pasa y te impacta, y dices que tienes miedo. Puede ser solamente la excitación de algo nuevo o inusual. Pero la mente puede llegar a identificarlo como miedo. Y es sólo un pensamiento haciéndote equivocar.

Para poder realmente trabajar efectivamente con el plano mental, debes mantener tus energías mentales en orden

y enfocarlas sobre lo que es en ese momento necesario. Quizás estés estudiando para un examen y cuando estás por llegar a la última página de tus notas, te das cuenta de que, realmente, no estuviste concentrándote bien en lo que estabas leyendo. Parte de ti se encontraba jugando al billar o jugando al fútbol. Las energías se encontraban divididas— las energías de la mente yendo para un lado, y las energías de las emociones para el otro, y el cuerpo sentado ahí con la mente en blanco mirando la hoja de papel. Esta no es una forma efectiva de usar la mente. Tú vuelves a releer las notas y dices: "Oh, ahora recuerdo." Eso es leer dos veces el material. ¿La primera vez para un precalentamiento? Es mucho mejor enfocar las energías en el trabajo en una primera instancia. De esa forma te ahorrarás mucho tiempo y energía.

Cuando tú te relaciones con otras personas, en situaciones personales, en el trabajo, en el colegio, mantén tu mente estable cuando te relaciones a nivel verbal con otra persona. No saltes a conclusiones. No asumas la actitud de pretender saber lo que la gente te va a decir. Si dejas que la mente corra más adelante de lo que te dicen, puedes llegar a encontrarte en campo inseguro. Sólo mantén la mente en los puntos que te están explayando. Y resérvate las evaluaciones para cuando tengas todos los hechos claros a mano. Cuando tú estás recibiendo información, eso es todo lo que tienes que hacer. No tienes que creer y descreer nada hasta que tengas todos "los hechos". Si alguien te pregunta: "¿Qué piensas de ésto?", tú puedes decir: "Nada en este momento." Pensar lleva tiempo; lleva reflexión. Reacción puede pasar casi inmediatamente; puedes meter la pata muy rápidamente si quieres. Tú, realmente, puedes hacer que entre en cortocircuito su energía usando tu intelecto apropiadamente y manteniendo tu centro de Luz.

El plano verbal puede ser muy, muy poderoso. Podemos poner una gran cantidad de energía a través de pensamientos y palabras. Las personas pueden activar grandes niveles de energía magnética o energía de Luz espiritual a través del plano verbal. Las personas también pueden controlar a

través de pensamientos y palabras. En el mundo publicitario se usa mucho la energía magnética para vender los productos. Maestros, abogados y políticos ponen energía magnética en sus palabras para poder transmitir los mensajes. Cuando tú reconoces estos niveles de energía magnética, podrás distinguir y manejarlos con inteligencia, con más dirección conciente. No tienes que ser atrapado por las palabras de otro. Sin duda alguna, aprenderás a separar lo ilusorio del nivel mental con la realidad, serás más efectivo en mantener tu neutralidad.

La mente tiene dos aspectos principales. Uno es el proceso de la mentalización, que funciona algo así como un grabador. Con este proceso, la mente puede traer al presente cualquier cosa que le es programada. Es un nivel que es programado con cierta información y aprende a repetir la información en momentos apropiados—y algunas veces en momentos inapropiados. Este es casi un proceso de tipo reactivo.

Los otros aspectos de la mente son los del intelecto. El intelecto es esa parte creativa de la mente que es capaz de sintetizar información e innovar nuevos diseños e ideas.

Al activar el intelecto, podemos superar la parte reactiva de la mente. Y es, a través de la mente, que podemos traer dentro a la conciencia de la Luz. El intelecto puede reconocer los niveles de la energía magnética y puede manejarlos desde una posición positiva, de redirección. Cuando algo entra en tu conciencia, cargado de energía magnética negativa, tú puedes limpiar esa área y poner la Luz espiritual allí. En cierta forma podemos descontaminar la conciencia de esa forma.

Puedes poner la Luz y el amor a través de tus pensamientos y palabras. Puedes mantener el enfoque en la Luz dentro de tu mente y siempre moverte hacia el espíritu que se encuentra detrás de las palabras que escuchas. Puedes ayudar a limpiar esa polución verbal, al no repetir chismes que escuchas, al no repetir palabras negativas. Puedes mantener tu mente estable y no reaccionar cuando escuchas palabras

negativas. ¿Puedes imaginarte qué podría llegar a ser si todo el mundo sobre este planeta, por sólo un día, no pensara ni dijera nada negativo de alguna otra persona? Yo creo que podríamos llegar a tener un paraíso inmediatamente.

Si te encuentras entrando en patrones negativos de mentalización, hay una serie de buenas "llaves" que pueden ayudarte a sacarte de encima estos patrones. Uno es el hecho de que no son tanto los pensamientos que *atraviesan* tu mente lo que es concerniente, sino los pensamientos que *retienes* en tu mente. Tú puedes pensar muchas cosas en el curso del tiempo. Pensamientos van y vienen rápidamente. Algunos pensamientos son tuyos. Algunos otros pueden ser proyecciones de otras personas. Hay muchos pensamientos que están reciclándose en el espacio en donde vivimos como patrones de energía. Cuando un pensamiento es puesto originariamente con la energía magnética de Luz, éste continuará su existencia por mucho tiempo—mucho más tiempo de lo que es su vida útil (si alguna vez la tuvo). Estos pensamientos se mantienen reciclándose, y tú los escucharás cada tanto. No te preocupes. Ni tampoco te aferres a ellos obsérvalos solamente y sigue tu camino a través de tu conciencia y suéltalos.

Es importante, si quieres limpiar la polución mental en ti, que no lleves pensamientos negativos de un día para el otro. Si te vas a la cama y hay todavía pensamientos negativos dentro de tu mente, levántate y escríbelo todo. Escribe el pensamiento y luego quema el papel. Esto ayudará para soltarlo de tu conciencia. Si el pensamiento vuelve el próximo día, repite el proceso. Mantente haciéndolo hasta que el pensamiento se disuelva y no esté más presente en tu conciencia.

Otra buena llave, cuando tratamos con el nivel mental, es sólo hablar de las cosas que has hecho, y no de las cosas que vas a hacer. Habla desde tu nivel de experiencia y así no tendrás muchos problemas. Pero palabras antes del hecho significan poco—dejándote desorientado con los niveles de ilusión. Si tú dices que vas a ir a Méjico algún día, no es

mucho lo que pueden llegar a hacer con esa información que tú has dado; es sólo una proyección mental. Pero, si tú dices que has estado en Méjico, hablas desde la experiencia. Si alguien ha tenido una experiencia similar a la tuya, tienes una base de comunicación. Quizás la persona diga: "Cuéntame un poco de ello. Dime lo que te gustó más?" Tú contestas: "Los atardeceres y la pesca—especialmente observando los peces voladores saltando fuera del agua." Ellos dicen: "Sí, has realmente, estado ahí." Entonces pueden así, compartir las experiencias el uno con el otro.

Algunas veces, cuando alguien te hace una pregunta, tiendes a pensar: "¿Por qué me estás cuestionando a mí?" Aunque, puede también ser bueno hacer preguntas válidas y recibir una pregunta trabajosa. Eso es comunicación. El único problema es que demasiado seguido una pregunta recibe una respuesta que produce otra pregunta y luego produce otra respuesta y así, etc. Esto puede seguir y seguir, y terminas con muy poco excepto que con muchas palabras. Ese es el proceso de mentalización—no el proceso del intelecto. Palabras pueden ser, muchas veces, herramientas muy eficaces para mover la conciencia y para activar el nivel de la acción. Si le pides a tu hijo que lave los platos después de la cena y él te dice: "Seguro", pero una hora después, los platos se encuentran todavía sobre la mesa, le dices: "Los platos no están lavados." El te contesta: "Los voy a ir a lavar." Media hora después, siguen en el mismo lugar. Así que dices: "¡Hazlo—ahora!" El dice: "Dame una oportunidad." Hasta este punto tú puedes decir: "Has tenido demasiadas, ya. Ahora hazlo." El dice: "Está bien, lo hago." Tú dices: "¡¡Ahora!!" Así que los platos se lavan. Cuando tú entiendes este proceso para activar el plano físico, puedes llegar a ser muy efectivo, muy eficaz en estas acciones. Puedes dirigir la energía dentro de las palabras para movilizar esa otra conciencia—pero en tus emociones puedes quedar claro y neutral.

La mente es una herramienta de la conciencia. Depende de cómo la uses, puede enaltecer o impedir tu progresión a través de este nivel. Existe un rasgo en la mente que se llama análisis. La persona analítica quiere saber quién, cómo, cuán-

do, qué, por qué, y dónde. Cuando este rasgo no está dirigido, la persona está haciendo preguntas mucho antes de poder tener la oportunidad de una contestación. Esa persona se está adelantando a tus supuestas conclusiones. Si tú dejas que ésto pase, si la persona tiene éxito en moverse más adelante que el tiempo que te has dado para tus pensamientos, puedes llegar a sentir "desorientación". Para el pensamiento, no puedes llegar a conseguir un sentimiento que le iguale. Para el sentimiento y el pensamiento juntos, no puedes activar la parte física. Esto es una situación difícil de estar—se llama frustración. Se llama, también, ineficacia.

¿Recuerdas cuando ibas al colegio y estudiabas álgebra o geometría? La maestra te escribía una ecuación sobre el pizarrón, y recién pasadas las tres semanas, tú lo comprendías. Mientras tanto, las energías de la maestra y las tuyas no se equiparaban. Tú estarías diciendo: "Demuéstrame. Explícamelo. Demuéstrame cómo es que funciona." Estos son los rasgos analíticos puestos en uso.

Escepticismo es otra herramienta de la mente. Te puede proteger en circunstancias donde pueden hacerte pasar por idiota. O también puede bloquearte en el reconocimiento de la validez de algo nuevo. Juntamente estos dos rasgos—análisis y escepticismo—pueden ser sanos y útiles a tu conciencia. Es cuando son usados en forma negativa que se pueden percibir como "equivocado". Si tú dices: "¡Eso no puede ser. Tú no me lo puedes probar. Estás equivocado!" Ese enfoque puede bloquearte de una mayor capacidad de crecimiento. Pero cuando tú dices—: "Yo voy a chequear lo que tú dices a través de los niveles de mi experiencia, pero dime lo que tú percibes"—Eso es sano.

La mente puede llegar a ser muy diestra con las palabras. Pero el plano verbal es sólo válido cuando está respaldado por la acción, con el nivel experiencial. Es como el hombre que le pide a su amigo: "Si tú tuvieras dos Cadillacs y yo te pidiera uno de ellos, ¿me lo darías?" Su amigo dijo: "Seguro." Volvió a preguntar: "¿Si tuvieras dos yates y yo te pediría uno, me darías uno?" Su amigo dijo: "Seguro". Y otra vez preguntó: "¿Si tú tuvieras dos camisas y yo te pe-

diría una, me la darías?" Su amigo dijo: "No." Preguntándole otra vez: "¿Por qué no?" Contestándole el amigo: "Porque solamente tengo dos camisas." Lo que no tenemos es fácil de regalar—en el plano verbal. El nivel de acción puede llegar a ser algo totalmente diferente. Es agradable aceptar lo que la gente dice, pero antes de que tú les creas, averigua si sus acciones se equiparán a sus palabras.

Una vez me encontré observando una entrevista, en televisión, a una joven celebridad. Fue presentado como noticia por la tremenda cantidad de dinero que había podido ganar en un corto plazo de tiempo. El anfitrión en el programa dijo: "He escuchado que Ud. vale 5 milliones de dólares. ¿Qué tiene que decir a esto?" El joven respondió: "Eso es una gran cantidad de dinero." El no dijo si su persona valiera eso o no. Sólo estaba reconociendo lo que el anfitrión había dicho. No estaba dando ninguna información. Era un hermoso ejemplo de no ofender a nadie o tratar de cortar el flujo de comunicación, y al mismo tiempo no divulgar ninguna información personal.

Las personas muchas veces, me piden mi opinión sobre sus decisiones. Muchas veces les digo: "Suena bien." Realmente no estoy diciendo nada al respecto. No estoy dando ninguna información. Ni tampoco estoy indicando una opinión. Solamente estoy reconociendo que esas personas me han dicho algo.

Debemos tener cuidado porque el nivel verbal representa la forma más cercana posible al espíritu que existe detrás de las palabras, la energía que le da vida y sentido. ¿Qué pasa cuando uno tiene una discusión con alguien? Puede ser que, juntamente, los dos puntos de vista sean válidos. Pero si tú "ganas" porque puedes apabullar a la otra persona con una mayor cantidad de energía magnética y hacerles sentirse menos de lo que son, has realmente ganado? No, porque tendrás enemigos esperándote y buscando la oportunidad de serrucharte el piso debajo de ti; te observarán, te esperarán y escucharán todo lo que dices. Y cuando estés haciendo tu vida, te vendrá ese sentimiento horrible de sentir que el piso

debajo de ti está cediendo. Y cuando se tambalee y caiga, tú pensarás: "¿Cómo puedo salvarme?" La única forma en que lo puedes hacer es volver a la honestidad. Tú puedes llegar a jugar con las palabras, distorsionarlas, confundir más y más; puedes dejar a las personas algo confusas con tus juegos mentales. Pero este no es el camino para encontrar la esencia espiritual dentro de uno.

Deja que la mente sea la herramienta que te ayude a probar la existencia de lo Divino. Deja que tus palabras sean las herramientas que te comuniquen con la Luz y tu amor con otros. Usa esos rasgos de tu mente para crear esas cosas que traerán felicidad, amor y armonía a las personas. No te dejes atrapar por esos patrones negativos de la mentalización. Mantén el pensamiento de la Luz ante ti, y Ella te guiará dentro de una Luz mucho mayor.

La energía de la verdad

Todo lo que te pasa a ti, relacionado a la verdad, te despertará cada vez más. Pero tu sufrimiento, tu angustia, y tu dolor pueden ser también tus más grandes concientizadores. Esas manifestaciones del polo negativo de la energía no se irán hasta que te despiertes a la verdad absoluta y no te encuentres más envuelto en búsquedas—la cual es una conciencia de enajenamiento y separación. Es esa conciencia de separación que es la agonía de cambio, de divorcio. En ese sentimiento de separación, y te alejas de la conciencia del amor y la comprensión y dices: "¡Oh Dios!, ¿dónde te encuentras? En el momento en que más te necesito no estás aquí." Es entonces que creas un dilema para contigo mismo, diciendo: "Yo necesito ésto y yo necesito lo otro y yo necesito aquéllo—y ¿por qué es que Dios no me suple de mis necesidades?" Necesidades son muy simples. Son primariamente biológicas. Necesitas comida, un techo y amor. Cuando la mayoría de las personas dicen: "Necesito ésto", están realmente hablando de sus deseos o gustos, y no de sus necesidades. Pero los deseos producen desesperación, y querer incontroladamente algo produce sufrimiento. Tus necesidades te son cubiertas. En verdad, en el flujo espiritual total de tu vida, todo lo que tienes que hacer es ordenar las cosas que te vienen. Tú ordenas las cosas con las cuales quieres participar y las cosas con las cuales no quieres hacerlo. Pero lo que no puedes hacer es aferrarte a cosas y agarrarte de ellas y decir: "Esto es mío". Sobre este nivel no tienes nada; nunca lo has tenido, y nunca lo tendrás.

Todas las personas tienen el mismo derecho de pertenencia sobre las cosas. Las cosas te vienen a ti para que las uses, para que las mantengas, y para que, en lo posible, las mejores. Y luego para que tú las devuelvas otra vez al flujo universal. Si tú has cuidado las cosas bien, las personas que las tomen luego de ti te lo agradecerán por los cuidados que les has dado. La ecología es parte de este concepto. Es el cuidado de las reservas naturales que tenemos—no abusando de ellas, no devastándolas, pero trabajando dentro de límites razonables los cuales nos asegurarán que continuaremos teniendo las cosas que tenemos ahora. Tú tienes una responsabilidad de decir la verdad para con los que amas y para con los que interaccionas en forma activa. Algunas personas dicen que las parejas casadas no deberían decir la verdad entre ellos, que no tendrían que ser tan honestos entre ellos. Una persona me preguntó una vez que pensaba yo sobre ésto, y yo le dije: "Yo creo que uno debe ser honesto, pero no creo que uno deba insultar la inteligencia de su pareja, pensando que la otra persona no sabe nada. Deja que tu pareja te pregunte, si clarificación o comunicación es necesitada. Deja que tu pareja participe en el fluir de comunicación y que sea parte del flujo del amor espiritual que sienten en la relación." Ese es el elemento de verdad sobre el cual un matrimonio es basado—amor espiritual. Pero reiteradas veces has sido enseñado que, las emociones, son lo que eres tú o que la mente eres tú, y como algunas veces duelen tanto, es así que te cierras a ese flujo de amor. Te lastimas y te sientes vulnerable, y te pones en una actitud de protección y te cierras en ti mismo y después dices: "No me voy a mover hasta que tú me garantices que no me has de hacer doler." No existe tal garantía. No puede haber. En algunas ceremonias matrimoniales, las parejas juran amar, honrar y obedecerse hasta la muerte. Esto es realmente irreal. Quizás tendrían que agregar algo más: "O hasta que nos divorciemos." Mejor dicho, los votos matrimoniales tendrían que ser tomados "hasta tanto nos sigamos amando." Porque si no existe el amor, no existe matrimonio de verdad. Las cosas irreales que "garantizan" en los ritos y ceremonias, por lo general, no duran. Y trae aparejado esa sensación de fracaso y de traición a los diferentes niveles de la conciencia espiritual. Es importante que mantengas la energía de la verdad

abierta y fluyendo dentro de ti, y de que no mal consideres la información que te han dado como "no servible" o "ridícula".

Una vez escuché una conversación entre una muchacha joven y su madre. Estaban planeando ir a algún lugar a la noche, y algo surgió imposibilitando a la madre ir. Así se lo dijo a la muchacha, la cual tenía muchas ganas de salir esa noche. No queriendo que su madre se sintiera mal, la muchacha dijo: "Oh, es realmente alocado. No te hubiera gustado." La madre, entonces, para calmar los sentimientos de la hija, dijo: "Probablemente tengas razón. Y, probablemente, no me hubiera gustado." Luego, las dos se fueron a sus respectivas habitaciones y lloraron. Las dos realmente querían ir, y, por querer jugar ese juego la una para con la otra, bloquearon el flujo de la verdad que hubiera existido entre ellas. Bloquearon la confianza y la comunicación entre ambas. En verdad, la madre o la hija pudieron haber dicho: "Mira, me siento mal por no tener la posibilidad de que fuéramos esta noche. Tengamos (hagamos) otra alternativa para esta noche y planeemos hacer ésto otra vez en alguna otra noche." Entonces en vez de la pena, la depresión y las lágrimas, las dos podrían haber entrado al espíritu de la ocasión, y eso estaría bien. Pero, demasiado seguido las personas no quieren tomar parte del espíritu de la ocasión; prefieren ser llevados al espíritu de la ocasión. Funciona mucho mejor si uno lo hace por uno mismo.

La forma en la cual nosotros crecemos es la forma de lo que ya somos. No es físico, emocional o mental. Concretamente, la mente puede llegar a ser uno de los mayores enemigos porque puede llegar a jugar tantos juegos, y tú piensas que éso, lo que piensas, eres tú. No lo eres. Es la mente, actuando como una cinta en un grabador, grabando cosas anárquicamente y luego pasándolas para que lo escuches y exponiendo reacciones pasadas mientras las emociones lo hacen surgir. Y tú llamas a eso *pensar.* El futuro espiritual de la humanidad será compuesto de personas que *piensan,* que honestamente van a pensar a través de todo lo que excuchan y lo probarán dentro de su propia conciencia para ver si les suena a verdad o no. Si lo es, lo podrán implementar

y demostrar a otras personas—no diciendo que éste es el único camino ni tampoco que es la verdad, pero que es un camino que funciona. Tu forma puede cambiar y cambiar, hasta que la verdad esté totalmente clara dentro de ti. Por el momento, tú averiguarás que todas las cosas en que te encuentres involucrado, hasta ese punto, no tenían nada que ver con la verdad. Igual que una escalera apoyada contra el árbol, tiene poco y nada que ver con el árbol. Pero puede ser el método para meternos dentro del árbol, para que puedas empezar a escalarlo de rama en rama. Todas las personas tienen el derecho a tener su propia aventura con la verdad. Tú debes declarar ese derecho, tú debes insistir sobre ese punto y ese derecho. Cuando tú no me subyugas y yo no te someto, es entonces que, juntos, somos libres para decir: "Cualquier cosa que funciona para ti está bien." ¿Me quivoco? No. Esto es *respeto* a esa forma espiritual que está presente en cada cuerpo de ser humano. Esto es respeto. Está demostrado, en algunos lugares en el mundo que, cuando las personas ponen sus manos debajo de sus quijadas y hacen una reverencia los unos con los otros, con esto están diciendo, en esencia,: "La Luz en mí saluda a la Luz dentro de ti." Esto no significa que es la única forma para demostrar respeto. Es una de las formas. El respeto es, realmente demostrado, a través de tu amor y consideración para con otros. Esta energía de Luz y amor es manifestada en muchas formas a través de nuestro vocabulario, en discusiones de grupo, en cantar los mantras sagrados (cánticos) juntos, en bailar, en compartir una bufonada, y trabajando uno al lado del otro. Cada vez que tú intercambias esta energía espiritual, sientes más confianza en la sabiduría de tu propio ser interior. En esta confianza, tienes la seguridad del Espíritu. Entonces el futuro está presente, y el pasado es presente, y la verdad es enteramente presente. La verdad trascenderá y sobrepasará toda opinión, a todos, a todas las mentes, y a todas las emociones. La verdad puede perseverar a través de todas las cosas.

Parece que se está deteriorando, rápidamente, la calidad de un liderazgo efectivo a nivel gubernamental y religioso porque sentimos que las personas que dicen ser nuestros líderes no están diciendo la verdad. Es una cosa muy seria. La

verdad puede, algunas veces, doler, pero es siempre preferible a una mentira.Tú puedes vivir con la verdad, aunque ésta duela. Pero si alguien te miente, ¿cómo puedes llegar a tener confianza en esa persona para hacer algo? Algunas veces las mentiras que se te han dicho te movilizarán para que tú, a través de tu propia independencia, descubras a Dios y a la verdad en la forma que funcionan para ti. Si es éste el resultado, yo supongo que podríamos decir que las mentiras puede llegar a ser una acción positiva, pero la verdad es, ciertamente, más positiva. Cuando las personas nos dicen algunas cosas, tú puedes *aceptar* lo que dicen—pero si tú vas a *creerlo,* confírmalo. Tú puedes escuchar a las promesas, tú puedes escuchar a todas las hermosas historias; entonces, después ponte a ver si funciona para ti. El único valor de algo espiritual, esotérico o de naturaleza metafísica es "si funciona para ti". Realmente no es de importancia quien te hable o cuánto te llegue a inspirar la persona si tú no puedes llegar a hacer nada con esa información dada. Si tú no puedes hacerlo funcionar, es entonces que sólo temporariamente te satisfacerá. Y en una búsqueda espiritual, no estamos en la satisfacción temporaria. Estamos detrás de esa iluminación interior que dice,: "Lo siento tan bien. Me siento tan seguro que ya no tengo miedo de lo que dices o piensas. Ya no me atemorizan tus opiniones."

Cuando tú alcanzas ese centro dentro de ti, es entonces cuando te estás moviendo hacia esa libertad espiritual. Desde ese centro de fuerza, empezarás a dar libertad a otras personas. Ellos se sentirán capaces de hablarte sin sentir temor de ofenderte o lastimarte; se sentirán libres de expresarse. Y, esa expresión, lo improvisada que pueda llegar a ser, los asistirá para que surjan hacia esa verdad dentro de sus conciencias. Entonces dirán ellos: "Gracias a Dios que te encontrabas allá, firme, mientras yo alcanzaba esa parte de mi verdadero ser."

Tú no puedes contar con nadie pero sólo contigo mismo para traerte felicidad, éxito y bienestar. Tú puedes trabajar y vivir en cooperación y armonía con otros los cuales están trabajando hacia los mismos fines que tú—pero debes depender de ti mismo. Algunas personas ven esto como a un asunto que produce temor. Realmente no lo es. Y algunas perso-

nas ven como va el mundo (o parece ir) como un asunto que produce temor. Y tampoco lo es. ¿Has rezado para que cambien las cosas, para que mejoren? La negatividad que es observable en el mundo hoy, nos pondrá en una situación de cambio, para alterar las cosas como están; para que mejore. No hay nada que temer. Tienes dentro de ti la oportunidad y y el potencial para crear tu propio entorno. Como vives es tu opción. No hace mucho, un amigo mío leyó un libro que predecía grandes desastres en el mundo. Mi amigo me dijo: "Leí este libro. ¿Qué crees sobre esto?" Yo le dije: "Sabes, libros son libros. El dijo: "¿Pero tú crees que estas cosas pueden llegar a pasar?" Yo le contesté: "Seguro, para muchas personas." El dijo: "¿Tú crees que va a haber hambre y pobreza?" Yo le dije: "Por supuesto, hambre y miseria existen y están ocurriendo aquí y ahora. Hay personas sobre este planeta que están por morir de hambre esta noche. Y hay personas que van a ir a la cama sin dinero y no sabiendo cómo van a pagar el alquiler o cómo comprarán comida. ¿Para qué me preguntas si esto va a pasar? Está pasando. Lo que tú quieres saber es si te va a pasar a ti. Y eso depende de tu habilidad. ¿Estás malgastando las cosas? ¿Estás observando? ¿No eres práctico en tu enfoque en la vida?" El dijo: "Creo que he dejado correr mi imaginación demasiado y creado en mí pensamientos de temor." Yo dije: "Quizás debas volver a releer ese libro. Puede llegar a tener un mensaje para ti."

Años atrás, fui contactado por un grupo de personas que pertenecían a una iglesia, y me dijeron: "John-Roger, nuestro ministro nos ha dicho de que va a haber un gran terremoto aquí, así que todos nos estamos mudando a Colorado. Ven con nosotros y sálvate." Yo dije: "Yo estoy realmente salvado." Ellos dijeron: "¡Oh, no! Tú no entiendes." Yo dije: "Déjenme que les repita lo que les dije: Su ministro ha dicho que va a haber un gran terremoto aquí y todos Uds. van a ir a Colorado para vivir, y Uds. quieren que yo también vaya, para poder salvarme." Ellos dijeron: "Eso es verdad." Yo dije: "Yo no estoy perdido." Ellos dijeron: "Pero va a haber un terremoto." Yo dije: "Estoy de acuerdo; va a haber un terremoto. Pero lo más interesante va a ser que Uds. llegarán a saber de ésto. Ellos dijeron: "Sí, lo leeremos en los periódicos." Yo dije: "Sí, Uds. lo harán también." Y, créanlo o

no, se mudaron a Colorado, al área de Denver, y no pasó mucho tiempo cuando un gran terremoto sacudió a Denver. Se mudaron nuevamente a Los Angeles y dijeron: "¿Por qué no nos avisaste de ésto?:" Yo dije: "Uds. no querían escuchar. Lo tenían todo decidido. Uds. querían su terremoto y lo tuvieron."

Tú eres un creador. Tienes el poder dentro de ti para crear las cosas en las cuales quieres poner tu energía. Si tú quieres pobreza, la tendrás. Si tú quieres pasar hambre, la tendrás. Si tú quieres catástrofes, las tendrás. Las leyes espirituales dicen que las cosas iguales se atraen. Si tú te imaginas cosas negativas tomando forma, si tú piensas en ellos, si tú te llenas la cabeza de expectaciones de que algo puede pasar, pasará. Pones en movimiento todo, con el poder de tu mente, de tus emociones, de tu energía. Ellos tomarán forma. Esto no significa que no debas, inteligentemente, planear por si acaso pase algo de esto. Es como salir a manejar tu automóvil. Te aseguras que el coche esté en buen estado, que las gomas están bien, que tienes suficiente combustible, que conoces el camino. Eso es planear inteligentemente. Pero no sales con el temor y preocupación porque los caminos no son buenos. No esperas un accidente o una pinchadura o problemas de motor. Tú, *asumes* que, si planeas bien todo, llegarás a destino con seguridad. Y llegarás, porque tú te has asegurado el éxito. Puedes enfocar la vida así de esta misma manera.

Si tú planeas hacia adelante y sólo haces opciones en tu vida basada en los deseos del momento, puedes llegar a encontrarte en graves problemas. Algunas veces, cuando personas han hecho opciones de poco criterio en el pasado, el resultado de esas volverán a ellos para ser involucrados en su manejo. Este proceso se ha llamado "karma". Dirigiéndote hacia una serie de opciones con criterio será la forma de aclarar estos patrones kármicos, pero puede tomar su tiempo. Algunas personas dicen: "Me he portado bien durante estas tres últimas semanas. ¿Por qué estoy teniendo estas dificultades?" ¿Qué pasa con los cuatro años anteriores? Puede que hayas obtenido respuestas por tus acciones en el pasado*, y que aún, te lleguen a ti, siendo creaciones negativas. Y no

*feedback

son solamente cuatro años contra tres semanas de lo que estamos hablando, pero es la mente, el cuerpo, las emociones, el inconciente (cuatro negativos) que se confrontan con el alma (uno positivo)—eso es cuatro contra uno. Un acto de positividad no necesariamente borra uno de negatividad. Cuatro actos de positividad pueden llegar a borrar uno negativo. Eso es porque es bastante difícil mantener ese enfoque o concentración espiritual. Debes siempre mantener ese enfoque hacia lo positivo, y también mientras debes sobrepasar todos esos actos del pasado que vuelven al presente. Nadie dijo que era fácil. Es difícil. ¿Pero qué otra opción te queda? Tú puedes decir: "¡Ah!, no me gusta. ¿Tengo que comer eso?" Pero la cuestión es, nadie más lo quiere comer, y tú eres el que lo ha creado. Así es que llegas a tener que limpiarlo tú mismo. Tú llegas a limpiar el planeta desde el nivel de tu conciencia. Aquí y ahora. Empiezas tú por limpiar tu polución física, luego tu polición emocional y después la mental. Luego dejas que la parte espiritual guíe tu próximo paso. Escuchas a tu propio corazón mientras haces ésto. La presión que pueda ejercer el grupo humano que te rodea puede ser muy efectiva pero no es tan agradable como hacer que esa parte interna de nuestro ser haga que cuidemos de nuestras propias responsabilidades.

Muchas personas profesan verdades subjetivas. Hablan de la verdad como la ven, y eso, considero que está bien. No se puede discutir con ellos. Alguien escribirá un libro y dirá sobre la verdad y de cómo la ve. No se puede argumentar. Está bien para ellos. Muchos de los productos de consumo, tienen folletos explicativos diciendo que, ése es el mejor, respaldado por laboratorios expertos, y es así que algunas personas piensan qué eso debe ser bueno. Pero sólo porque está escrito en la etiqueta no significa que sea la verdad, como verdad objetiva. Sólo significa que es un resultado de los exámenes hecho sobre éste. Las personas lo toman y lo prueban por ellos mismos, para ver si es verdadero para ellos. Si lo es, entonces es una verdad subjetiva para ellos también. Pero un dicho familiar en el mundo comercial es: 'Que se cuide el consumidor". En las cosas espirituales, también, el consumidor debe cuidarse. Creer ciegamente es tan malo como descreer ciega-

mente, porque los dos son puntos de vistas perjudiciales. Al menos los agnósticos tienen una opción, porque dicen no saber. Cuando tú no sabes, hay una gran posibilidad que puedas llegar a aprender. Pero esos que dicen: "Yo sé; eso es lo que es", tienen más dificultades para aprender porque han cortado el flujo de energía. ¿Has hablado alguna vez con estas personas? No se puede decir mucho—están tan seguros de que saben todo lo que tienen que saber que, el mejor camino es, de mantener la conversación en un campo neutral, como hablar del tiempo o del fútbol—y luego sigue tu camino lo más pronto posible.

Cuando observamos la presencia de la humanidad, vemos las diferencias raciales y étnicas de los grupos, y bastante seguido un grupo puede negar la verdad en todo lo que ve y escucha fuera de ese grupo. Un grupo, por ejemplo, puede percibir a todas las personas como "uno de nosotros" como algo valedero, bueno que está bien—y todos los que se encuentran fuera del grupo como siendo malo, de poca utilidad, y así sucesivamente. Es un punto de vista que crea separación. Se transforma en algo muy triste porque están negando al Espíritu existente en las otras personas y así también negando al Espíritu que reside en ellos mismos. El resultado es dolor, confusión y desanimación. Somos todos realmente uno, dejando de lado todas esas apariencias exteriores. Consideradas fútiles. Todo tiene dentro de sí los elementos de verdad e ilusión, y todos tienen dentro de sí el mismo Espíritu. Cuando tú niegas esto de algo o alguien, te lo niegas a tí mismo, y así niegas también al Cristo.

¿Existe algo en el que todos pueden concordar sobre este plano del mundo físico? ¿Existe algo en que todos puedan llegar a decir: "¿Esto es verdad?" Puede que todo el mundo concuerde sobre la gravedad como elemento físico porque está en funcionamiento siempre. Puede que tú dejes caer algo, o yo, y tendremos el mismo resultado, siempre, una y otra vez. Verdades subjetivas pueden ser ilusorias. Piensa en las muchas diferentes formas que tenemos en radios a transistores. Los hacen de mil forma. Ves algunos en forma de pelota de fútbol, y puedes encontrar a muchas personas concordando que es una pelota de fútbol. Pero cuando

tú la tomas en tus manos y la das vuelta puedes encontrar una serie de botones, descubrirás que realmente, es una radio—solamente parece una pelota. Muchas de las cosas están escondidas en formas que desconciertan por su apariencia. Eso mismo ocurre con el cuerpo físico. Es una forma que parece ser una cosa. Pero lo que está dentro de él es la Luz. Tienes que saber como llevar la Luz dentro de tu toma de conciencia. La Luz está y se encuentra ya.

La verdad objetiva no es necesariamente la cosa en la cual los dos concordamos como algo verdadero y por ende tiene que ser así. La verdad objetiva es algo que ES y se mantiene así, más allá de que nosotros concordemos o no. No es mi camino y no es tu camino; es, solamente, el camino. Y eso es la verdad. Cuando tú encuentras ese camino, quizás tengas que preparar todo un nuevo vocabulario en donde no uses ciertas palabras perjudiciales que te encuentran condicionado. Quizás te sientes y hables sobre "merms", "orrds" y "pongs", así que nadie sabrá de qué estás hablando.

Al mantener esa vocalización positiva y al desplegar amor, armonía y paz, tú te transformarás en justamente eso. Muchas veces hablamos de cambiar la actitud dentro de nosotros como una forma de cambiar nuestra expresión exterior, y eso funcionará. Pero el reverso también trabajará a través de un proceso llamado sinestecia. Varios años atrás me encontraba haciendo trabajos voluntarios en un hospital de siquiatría en donde, muchas personas expresaban extremada depresión. Ellos tenían pensamientos depresivos y se encontraban realmente dentro de esa experiencia. Yo entraba en la sala de terapia y decía: "De pie todos; sonrían." Me miraban y decían: "Esto es una sala de siquiatría. Estamos deprimidos, estamos todos aquí enfermos. Ud. nos está moviendo el bote." Yo dije: "No sólo estoy moviendo el bote, sino que lo pienso dar vuelta y tirarlos fuera de él." Había una pequeña y hermosa señora de edad; si alguna vez he visto la Luz de Dios en alguien, fue en ella. Pero también ella tenía esta tremenda depresión. Tenía los hombros caídos, la pelvis tirada hacia atrás, las piernas torcidas y se manifestaba con todas las características de la vejez. Me veía entrar y pensaba: "Oh no, aquí viene otra vez. Me gustaría

pegarle con algo en la cabeza, pero no lo hago porque tiene la llave de la sala y me podría encerrar." Yo la llegué a deprimir más todavía—así me lo comentó ella. Ella dijo: "Cuando yo lo veo a Ud. me llego a deprimir más." Yo dije: "Al menos no te quedas en el mismo lugar." Yo trataba de hacerla pararse derecha y sonreír con grados variables de éxito. Fue entonces que un día decidí hacer algo. Y dije: "Bueno, párate con la espalda contra la pared." Se paró con la espalda contra la pared y le dije: "Bueno, hombros hacia atrás—bien atrás—tocando la pared." Y luego: "Muy bien, ahora, vamos a ver como entras tu estómago y haces que esa parte de tu espalda toque bien la superficie de la pared." Ella dijo: "No puedo, he caminado así durante demasiado tiempo para poder pararme derecha." Yo dije: "Eso puede ser verdad. Puedes estar defectuosa en tu cuerpo y puede llegar a tomar un tiempo corregirlo pero, ¿por qué no le das una sonrisa? Ella dijo: "Me he olvidado de cómo se sonríe." Yo dije: "Yo te enseñaré. "Mira." Sonreí y ella me dijo: "Tú no tienes una linda sonrisa." Yo dije: "Eso es probablemente verdad. Lo que hice fue algo artificial. Estaba tratando de demostrarte la acción muscular de mi cara." Pero, realmente, no estaba poniendo todo de mí en esta acción, entonces decidí, realmente, hacerlo. Así que me paré contra la pared, puse mis hombros contra ella, entré el estómago, y empecé a reírme—pezó a sonreír. Seguí riéndome y ella siguió mirándome, y eres realmente un desastre." Fue entonces cuando ella empezó a sonreír. Seguí riéndome y ella siguió mirándome, y muy pronto ella se encontraba riéndose y las lágrimas empezaron a caer de sus ojos y comenzó a llorar. Ella dijo: "No conozco a nadie que pueda sobrepasarte en ésto." Le dieron el alta en el hospital dos días después. Se tuvo que ir a su casa para alejarse de mí. Los siquíatras me preguntaron si quería trabajar ahí todo el tiempo. Yo dije: "No sabría como sobrellevarlo. Yo me deprimo con todas estas cosas." Ellos dijeron: "Bueno, todo lo que tienes que hacer es pararte, poner los hombros contra la pared y empezar a reír." Ese es el proceso de sinestesia que se entiende que, cuando uno asume una actitud, la postura de felicidad y éxito, es cuando empieza a aparecer dentro de uno. Es realmente increíble. Esto pasa. Tú lo creas en ti y es imposible que te sea negada la experiencia.

Hay cosas que puedes hacer para establecer y construir esa actitud positiva dentro de ti, como por ejemplo una buena nutrición, pensar buenos pensamientos, pararse con una buena postura y estar con personas que también se encuentran en el mismo camino de positividad. Una buena actitud funciona como ósmosis; se esparece a través de todas las capas y planos de la conciencia y yendo de un área hacia otra. Te parecerá que te está viniendo todo esto sin darte cuenta de lo que está pasando. Te preguntas—¿Cómo pasó ésto? ¿Cuándo empecé a sentirme tan bien? ¿Cómo es que puedo estar regocijándome de alegría cuando realmente no estoy haciendo nada y solamente estoy aquí sentado, metido en mis propias cosas? Ese es el júbilo del espíritu. Este es el júbilo del alma. Hay un viejo dicho—"El hombre tendrá alegría y en abundancia." ¿Cómo? parándote derecho, teniendo buenos pensamientos, y divertiéndote, donde estés y no importa qué sea lo que estés haciendo. ¿Sabes que puedes llegar a divertirte mucho cuando te encuentres parado en una conglomeración de tráfico a las cinco de la tarde? Todo lo que tienes que hacer es tener pensamientos felices, y estarás ahí. Toma lo que puedes tener de la felicidad y llévatelo. Aliméntalo. Manténlo en movimiento. Si alguna vez te sientes un poco deprimido, mírate en el espejo y dícete a ti mismo: "Feliz, feliz, feliz, feliz, feliz, feliz, feliz . . ." Hasta que te sientas tan tonto haciéndolo que empieces a reirte. Serás feliz. Esto es una ley espiritual: "como un hombre piensa en su corazón así se transforma."

Liberación es el futuro espiritual de la humanidad. Libertad es su herencia—no necesariamente de la pobreza o el hambre y no necesariamente el camino hacia ellos, pero libertad cuando te encuentras dentro de ellos. Esa es la verdadera liberación; te puedes sentir muy bien mientras te encuentras en la situación más difícil. Es una desafío, pero puede *ser.* Esas personas que conocen al Espíritu están liberadas. Estos que conocen al Espíritu también tienen la responsabilidad de demostrar ese Espíritu a través de su expresión. En todos los niveles y en todas las formas, (físico, emocional, mental, financiero, social, político, geográfico, sexual) Tú tienes la responsabilidad cuando conoces al Espíritu.

Es tu responsabilidad ser positivo en tu actitud y expresión. Es tu responsabilidad de vivir tu vida en tal forma que puedas decir "haz lo que hago yo—si lo que hago yo es la verdad." Y, si tú no te encuentras viviendo la verdad, entonces no sugieras a nadie que te siga. No importa lo que tú estés haciendo, si aprendes todo lo que puedas, todo lo que te venga a tu camino. Transforma los obstáculos en escalones para subir. Tú dices: "Hoy no puedo ir porque está lloviendo y mi pelo está sucio y mis zapatos no están lustrados." Luego, yo digo: "El sol recién acaba de salir." Tú dices: "Todavía no puedo ir porque mi pelo sigue sucio y mis zapatos todavía están sin lustrar." Eso no es ser inteligente. Eso son sólo excusas y una evasión, porque mientras está lloviendo tú podrías haberte lavado el pelo, lustrado los zapatos, así, cuando el sol saliera, estarías listo para salir. Para vivir la vida con éxito es necesario tener algo de ingenio. Debes estar constantemente alerta. ¿Existe la paz sobre este nivel? No. No existe el descanso para los malos y los buenos no lo necesitan. Así que, no podrás pasar por encima de nada, de una forma u otra. No existe descanso sobre este nivel. La única forma en que vas a poder atravesar este nivel de la parte física, emocional, mental, e inconciente, es a través de la eterna vigilancia. Si tú te pasas toda esta vida haciendo hechos de valor, pero asesinas a alguien antes de que tú mueras, serás recordado como un asesino, no por lo bueno. Todas sus buenas acciones se transformarán en nada si no perseveras hasta el final. Quizás sea una verdad triste, pero es una realidad. Por supesto, la mayoría de las instancias no son de esta extremidad, y sabemos que todos cometemos errores en esta conciencia. Esto es parte de este nivel. Pero puedes corregir tu error y usarlo como un escalón para subir. Tampoco juzgues a otros por sus errores. Muéstrales cómo usarlos para elevarse. Amalos por sobre todas las cosas. Hazles saber que tú puedes ver en ellos la parte divina, aunque la parte física, en ese momento, esté algo mezclada.

En este mundo físico existe algo que vale la pena tener, y eso es lo espiritual, la conciencia de amar. Esa es la cosa que vale tener. Existe una serie de cosas que son bastante divertidas para involucrarse y para nuestro entretenimiento. Pero una conciencia que ama es lo que más vale la pena

tener. A través de esta conciencia de amar, tú verás al amor; cuando tú observas algo con júbilo, se transforma en alegría. Si tú haces lo contrario lo verás como algo malo.

Hace unos años atrás fui a un museo de visita, invitado por unos amigos. Sobre la pared de una de las salas se encontraba un cuadro tremendo, gigante—quizás de doce pies de ancho por seis de alto—era naranja. Las personas que se encontraban conmigo lo miraron, y lo miraron y luego me miraron a mí diciéndome: "¿Qué es ésto?" Yo les dije: "Es un cuadro naranja." Ellos dijeron: "¿Te gusta?" Yo dije: "Como un cuadro naranja yo creo que es muy bueno." De hecho, pienso que es realmente grandioso como cuadro naranja. Es el único que he visto. Así que lo considero tremendo." Ellos dijeron: "¿Te gustaría tenerlo?" Yo dije: "No tengo una pared lo suficientemente grande pero si la tuviera pienso que me gustaría algo más en la línea de lo que me gusta." Pero visto y considerando que no tengo una pared que fuera la correcta para éste, ¿por qué no dejas que el cuadro te embelezca, decidas o no si tú lo quieres en la pared de tu casa? Mientras tanto, a esta vista la pondré en un lugar de mi corazón." El único valor de algo en este mundo es poder tomarlo y llevarlo en tu corazón. Gozo de esa pintura naranja cada vez que pienso en ella, tanto como la vez que estuve enfrente de ella y pensé: ¿Qué tipo de persona podría haber pintado este cuadro? Un cuadro naranja—¡qué original! ¡qué creativo! ¡fantástico!" Realmente no podría contarles de otro cuadro que vi durante ese día, pero puedo contarles de uno naranja. Se encuentra tan presente en mí ahora, como lo fue en ese momento. El Espíritu es un cuadro naranja. La verdad implícita en ella se encuentra dentro de ti y se mantiene en ti, no importa lo que pase, no importa cuán lejos vayas a la deriva, se mantendrá dentro de ti. Aunque si los colores destiñieran o cambiaran con el tiempo, el concepto siempre estará allí.

Sobre el plano físico, nos hemos apartado de la posición de ser Espíritu puro y nos hemos olvidado lo que era en toda su realidad. Pero dentro de nosotros algo nos dice: "Lo reconoceré cuando lo vea. Recordaré." Y es muy, muy verdadero, que algo dentro de ti reconozca la Luz. Es la Luz den-

tro de ti que ve la Luz en otras personas. Tú percibes las cosas físicas con sentidos físicos. Tú percibes cosas espirituales con sentidos (espirituales) invisibles. Cuando empiezas a ver la Luz en otros, cuando empiezas a reconocer la verdad en otros, empiezas a elevar tu conciencia dentro de la espiritualidad. Cuando puedas mantener el foco en tu atención dentro de cosas positivas, tu conciencia de la verdad y de la Luz surgirá dentro de ti, y conocerás más de la realidad sobre estos conceptos. Sé algo egoísta y haz esto por ti mismo. Crea lo mejor para ti. Crea salud, riqueza y felicidad. Manifiesta salud, riqueza y felicidad. Haz bien a todo el mundo.

Espiritualidad práctica

¿Sabes tú que ser espiritual es ser sano? Lo es. Ser espiritual significa trasladarse hacia la aceptación, cooperación, responsabilidad, libertad, felicidad y alegría. Y te darás cuenta que al transformarte en un ser más feliz, experimentarás un enriquecimiento de energía. Las presiones dejarán tu espalda. Tus riñones dejarán de dolerte. Los dolores de cabeza se aclararán. Así que piensas: "Pienso, así como soy feliz, tengo alegría en mí." Así que te ríes mucho y antes de que te des cuenta, has dejado de crujir los dientes y tu cuello se siente más relajado, y las líneas de tu cara se ablandan y empiezan a desaparecer. ¿Sabes qué es la vejez? Es cuando todo empieza a caerse. Juventud es cuando todas las cosas se elevan. Así que, para conseguir juventud eterna, debes seguir elevando tu conciencia. Mientras levantas tu conciencia, tu cuerpo la seguirá. Luego el cuerpo se espiritualiza, y te elevas diariamente, cada vez más alto, hacia el corazón de Dios. Cada mañana tú dices: "Llévame solamente un escalón más alto, mi Señor. Este día trabajaré más arduamente para encontrar ese yo dentro mío. Trabajaré más arduamente para encontrar el Dios dentro de mí, para encontrar el Cristo dentro de mí. Trabajaré más arduamente para encontrar al Dios que reside dentro de los que se me acercan y encontrar a cada uno que encuentro, dentro de mí.'

A mis estudiantes les digo: "Siempre estoy con Uds." Porque me he hecho presente en ellos tanto como ellos se han hecho presentes en mí. Esos primeros alumbramientos se

transforman en el alumbramiento hacia el Cristo. Y cuando te pasa a ti, sentirás un flujo de alegría y renovación, y sabrás, en ese momento, que eres verdaderamente divino. Tú sabrás que eres un hijo de Dios. Hace bastantes años atrás, cuando recién despertaba dentro de estas realizaciones espirituales, me encontraba trabajando en uno de los parques nacionales en el verano. Una noche estaba sintiendo el flujo de la Luz espiritual a través de mí y llegué a esa realización que yo, realmente, era un hijo de Dios—y de que todas las otras personas eran también hijos de Dios. Estaba tan gozoso, tan lleno de alegría que tuve que compartir esta realización con alguien. Es entonces que decidí llamar por teléfono a mis padres. Esto fue a la madrugada. Mi madre contestó al teléfono y yo dije: "Hola. Tengo que decirte algo." Ella dijo: "¿Estás enfermo?" Yo dije: "No, estoy bien." Ella dijo: "¿Necesitas dinero?" Yo dije: "No, estoy bien." Ella dijo: "¿Para qué llamaste?" Yo dije: "Quiero decirte que te quiero mucho—¿podrías ir a despertarlo a papá y traerlo al teléfono?" Ella lo buscó y lo trajo al teléfono. Yo dije: "Quiero decirles, a los dos, que yo sé que soy un hijo de Dios. Y de que yo sé que Uds. lo son también. Yo sé que todos lo somos, pero no todos lo sabemos." Y esta realización en mí despertó esa realización en ellos. Fue realmente hermoso. Hasta ese momento, en el cual te das cuenta de la verdad te encuentras atrapado en tu cuerpo, en tu mente y en tus emociones. Después de la realización, eres libre. Te das cuenta de que eres un hijo de Dios, que vives siempre dentro del amor de Dios que todo—las experiencias, las relaciones, las situaciones—es perfecto. Tus ojos se encuentran abiertos, y verás belleza en donde nunca la habías visto antes. Ves a Dios en todas las cosas. Tú sabes que eres uno con todas las cosas, porque el Dios que se encuentra dentro de ti es el mismo Dios que se encuentra dentro de todas las otras cosas. Ya no importa más si las personas son gordas, flacas, altas, negras, marrones, amarillas o verdes, o calvos, peludos, o cualquier otra cosa. Todo lo que ves en ellos es la esencia de Dios brillando a través. Es una real experiencia—una que se la deseo a todos.

La realización de la existencia de Dios nos trae infinita libertad a nuestras conciencias. Te das cuenta que el tiempo

es, solamente, un factor a tu condicionamiento. No existe el tiempo. Todo es ahora. Eres libre porque tú sabes que no hay ninguna forma de aprisionar o atar al Esíritu. Dios no tiene fronteras. Cuando eres libre, traerás libertad a otros y ese es un gran servicio. Sí, puedes tener el colegio o un trabajo que mantener. Puedes llegar a hacer ésto y también ser libre. Ese es el truco. Es muy fácil ser libre cuando uno está de vacaciones en la playa o en las montañas. Te sientas solo ante el panorama y piensas: "Soy libre." No lo eres; vives sólo una ilusión. Cualquiera puede ser libre en esas circunstancias. Verdadera libertad se manifiesta cuando te encuentras sentado en el borde de un problema o conflictos y dices: "No importa, porque sólo lo que el Padre permita que ocurra pasará. Y eso debe ser fantástico. Así que déjalo que pase." Esa es libertad. Si tú estás expresando esa libertad encontrarás que, los problemas y conflictos desaparecen porque sólo son ilusiones.

Las personas muchas veces me cuentan sus problemas y muchas veces, cuando observo esas situaciones encuentro que no existe nada allí. Sus problemas se basan en ilusiones. Así que les digo: "Mira aquí, hacia el este." Y mientras ellos miran hacia el este, les dan una oportunidad al oeste para que desaparezca, y ellos piensan que se ha dado un milagro. No había nada allí desde un principio. Es muy parecido como ir al desierto y encontrar una pileta de agua, y cuando alguien pasa, te pones inmediatamente a defender esa pileta de agua. Ellos te dicen que no hay nada para defender, pero continúas defendiéndolo hasta que te lo quitan. Luego te demuestran, que la pileta era una ilusión. ¿Es un milagro cuando desaparece? Es un milagro en tu conciencia porque tú despiertas a la verdad dentro de ti. El despertar es el milagro.

Todo, sobre este plano físico, está diseñado para ayudarte a completar la parte en ti de la espiritualidad práctica. El gran "Maestro Juglar" hizo este mundo para que tú puedas divertirte y gozar de todo el reino en tu camino. Es muy como un gran circo, un circo con cuatro billones de escenarios donde todos los días puede ser una comedia de errores. Los errores que tú haces no son realmente errores. Pueden lle-

gar a ser errores para ti. Pero, si tú dices que estás deprimido, tú no dices lo que es verdad. Tú no estás deprimido, aunque te sientas de esa forma. Si tú dices que estás enfermo, tú hablas desde un error en tu conciencia. Tú no estás enfermo, a través de tu cuerpo puedes estar expresando una indisposición. Es importante que tú uses estas palabras más precisamente todo el tiempo y no fijes falsas identificaciones dentro de tu conciencia.

Es importante que te mantengas a ti mismo fluyendo dentro de la corriente de la vida. La naturaleza de los mundos inferiores es cambio. Es sabio no resistir los cambios. De hecho, tú puedes envolverte con la energía de la Luz y fluir con cualquier cambio que viene hacia ti. Puede llegar a ser difícil pararse firmemente dentro de un río que fluye rápidamente, y puede ser, casi imposible, moverse en contra de la corriente, Pero, si tú te dejas llevar por esa corriente, puedes dirigirte a un lado del río o al otro y puedes descubrir que te mueves mucho más seguramente.

Algunas veces, lo único que es necesario en el nivel físico es mantener tu conciencia estable mientras atraviesas todas tus experiencias. Algunas veces lo único necesario es manejar el autómovil en forma segura o hacer tu trabajo bien o ser honesto en tu comunicación. No es necesario indagar en pensamientos o sentimientos de gran sentido profundo sobre estas acciones. Sólo tienes que hacerlo.

Tú manejas a tu cuerpo para que no entre en ningún área de problema, físicamente. Tú diriges tus emociones para que, de ninguna forma, te aferren a este nivel. Tú diriges tu mente para que no crea pensamientos* que te volverán a ti en un nivel emocional o físico. Y tú, sólo, caminas tu cuerpo a través de las experiencias de este plano. Eso es espiritualidad práctica.

Si tú te encuentras con angustias, tormentos y dolores, sé honesto. Reconoce que te encuentras en esa situación. No

*thought forms

hay nada malo en ello. Cuando reconoces que te encuentras en problemas, puedes entonces, encontrar la solución. Eso es jugar al idiota. Si alguien te molesta a nivel emocional. tú miras dentro de ti para ver qué es lo que permite que se dé esa molestia. Si tú dices: "No me molesta para nada," pero estás mordiéndote por dentro y tu estomágo se anuda, vives una mentira. Va a ser díficil superar esta angustia hasta tanto no admitas la realidad en donde te encuentras.

Si a ti no te gusta alguien, eso está bien. Sé honesto. No tienes que querer a todo el mundo. Hay muchas capas de la personalidad que rodean al alma. Manifestándose el alma, somos todos uno. Manifestándose el alma, hay solo Luz y amor. Pero las personalidades difieren tremendamente. Cuando a ti no te gusta alguien, reconoce que es probablemente la personalidad lo que no te gusta y no ese ser espiritual. Quizás no te guste cómo se expresan algunas personas o cómo se peinan o cómo caminan. Tú no estás desaprobando al Espíritu dentro de esa persona, pero sí te disgusta quizás, la forma en que se encuentra la cabeza sobre sus hombros. Los niveles de personalidad son así. No te pueden llegar a gustar personas por las razones más extrañas, y eso está bien. Pero no pongas energía dentro de esos sentimientos. Ponte neutral en tu conciencia hacia esas personas que no te gustan. No te resistas a ellos; ni tampoco te entregues a ellos; directamente no participes en nada con ellos; déjalos solos. Sólo manten la Luz estable y fuerte y mándales amor—desde tu centro espiritual interno hacia el de ellos. Deja que esas relaciones sean neutrales y distanciadas. Los niveles de aversión son niveles de ilusión, y cuando no son alimentados y mantenidos por los niveles mentales y emocionales de la energía magnética, tienden a disolverse. Si tu te pones en situación neutral en tu conciencia, realmente neutral, las posibilidades son de que, en pocos meses o años, ni te acordarás de ellos o del problema que hubo en ese momento. Simplemente desaparecerá de tu conciencia y de la de ellos.

Todos los niveles de los mundos inferiores tienen elementos de ilusión dentro de ellos. También tienen elementos de verdad. No importa cuál es la verdad y cuál no la es, por-

que a cierto punto tienes que sacarte de encima todo lo que se encuentra como un punto de referencia exterior y llegar a descubrir tus propios puntos de referencias internos. Tienes que trabajar desde donde te encuentras. Tienes que dejar de buscar allí, afuera, los objetivos artificiales y llegar dentro de ti para que empiecen las cosas a surgir, a ser cosas que se muevan, a hacer que las cosas cambien. Trabajas desde tus niveles internos de armonía, desde tu centro de Luz. Y luego pones estos como objetivos, y con seguridad llegarás a tu meta. Tú así, consigues tu cometido desde el equilibrio dentro de ti. Esto es parte de dirigir la energía de la Luz. Tú entras en ti para encontrar la Luz. Quizás no estés preparado para una manifestación de gran Luz dentro de ti, al principio—así que puede parecer oscuro cuando empieces a mirar dentro de ti. Para prender la Luz dentro de ti, debes ser persistente. Tú debes seguir yendo dentro de ti, seguir pidiendo a la Luz que ilumine tu camino, seguir concentrándote, seguir buscando. Cuando tú enfocas la vida en forma honesta y práctica, te pones en una situación de apertura hacia las altas energías de la Luz. Tú dejas de lado los niveles inferiores y te mueves continuamente hacia la conciencia del alma.

Enfocándote a mejores frecuencias de la energía de Luz, puede traerte resultados inimaginables, la Luz puede curar, clarificar confusión, traer relajación, e incrementer tu productividad. Puede hacer todo tipo de cosas, cuando te encuentras enfocado en ella. No es algo que haces de un día para el otro, y no es algo que se pueda desear—es algo en que uno se ocupa en conseguir y desarrollar. Lo primero que se hace es reconocer que tú puedes enfocarte a estas energías de Luz. Todos lo hacemos en un grado u otro. Algunas personas lo hacen más eficazmente que otras, por períodos más largos de tiempo y más concientemente. Para eso estás trabajando, y tu éxito se demostrará a través de tus habilidades para hacer cosas. Tu contestación será una evidencia empírica.

Cuando tú te encuentres enfocado en la energía de la Luz, tu actitud será positiva y estarás, exitosamente, logrando tu cometido que es importante y necesario para ti. Una de las grandes llaves haciendo esto es recordar que tú no tienes

que vivir mañana y tampoco revivir el ayer. Todo lo que tienes que hacer es vivir aquí y ahora. Esto es toma de conciencia. Aquí mismo es la toma de conciencia. Cuando tú te enfocas e implementas tu energía completa–física, emocional, mental, espiritual–dentro del aquí y ahora, puedes conseguir una tremenda cantidad de cosas. Los bloqueos aparecen cuando tú divides la energía y los trasladas lejos del aquí y ahora. Si tu mente se distrae pensando en lo que pasó la semana pasada, no estás siendo eficaz en lo que estás siendo en el presente. Si te encuentras en una reunión de trabajo, pero en tu mente estás anticipando la fiesta de esta noche, puedes perder dominio de lo que está pasando en esa reunión. Si tú estás cocinando la cena y te encuentras llorando por la discusión que tuviste con tu esposo la noche anterior, se te quemará la cena. Eres más efectivo y productivo cuando todas las energías de todos los niveles están centrados juntamente en el aquí y ahora. Si tienes que hacer una tarea para el colegio o un trabajo que debe hacerse para un fecha definida, tienes que planearlo. Haces el trabajo ya mismo, para que esté terminado a tiempo. Verdad que el tiempo para efectuar la acción o trabajo puede estar en el futuro, pero el planeamiento y la preparación empieza ahora. Si tú decides que quieres ser un piloto de avión, es verdad que esa realización de objetivo puede estar en el futuro. Pero la educación, el entrenamiento, y la preparación empiezan aquí mismo. Si no, el objetivo nunca se realiza. Si tú no vives en el ahora, estás engañándote, tu vida es una farsa. No te será posible cosechar las cosas que quieres porque no estás haciendo bien la parte de plantar.

Si tú dejas para después lo que debes hacer ahora, estas cosas que son del presente, disipas tu energía, Tú niegas la energía en vez de dirigirla. El poder de hacer cosas, proviene de cómo diriges la energía, de averiguar qué debe ser hecho y hacerlo. Puedes llegar a fatigarte mentalmente preocupándote de algo que tienes que hacer y no hacer nada. Puedes quedar exhausto emocionalmente por dejar algo que debe ser terminado. Al disipar las energías mentales y emocionales, también sentirás fatiga en la parte física. Puedes llegar a decir: "Qué barbaridad, no he hecho mucho hoy, pero sí que

estoy realmente cansado." Esto puede ser porque no has hecho mucho. Actividades productivas y objetivos cometidos incrementan la energía. Traen mayores energías y también traerá mayores habilidades. Es un buen ciclo.

El hacer es una forma de disciplina. Vivir en el ahora es una forma de disciplina. Dirigir la energía en una forma responsable es una forma de disciplina. Es más o menos como mandar energía eléctrica de la usina a una ciudad a mil millas de distancia. La energía eléctrica es mandada a través de cables especiales. Los cables disciplinan la energía; lo dirigen a una localidad específica. En cierta forma, esto no es muy diferente a la conciencia del hombre que es "conectada" en una mayor fuente de energía que llamamos Luz o Espíritu. Tú podrías llamarlo conciencia cósmica o Dios o alma o lo que quieras pero que es definitivamente una fuente de energía donde mejor puede manifestarse. Cuando tú lo diriges a ciertas áreas, puedes iluminar esas áreas con el conocimiento, la sabiduría, y el amor que viene con ella. Puedes dirigir la cantidad de energía y Luz a diferentes áreas. Y mientras aprendes a mejorar tu habilidad para dirigir la Luz, tendrás cada vez más éxito.

Hemos hablado de cómo enfocaremos a la Luz y de cómo trabajar dentro de muchos niveles. La meditación es otra forma—una muy buena forma—para enfocarnos en la Luz. Una técnica de meditación es imaginarse un punto dentro de nuestra cabeza en donde dos líneas se cruzan; una de ellas surge de entre los ojos y va hacia atrás de la cabeza, y la otra une las orejas, encontrándose las dos en el miedo de la cabeza. Usalo como punto de foco para poner tu atención, y mueve tu toma de conciencia hacia ese centro. Te será poco familiar al principio; te parecerá extraño. Pero, si tú perseveras y guardas ese tiempo para meditar, de sentarte pacíficamente y fijar tu atención en ese lugar, encontrarás algo que toma su lugar dentro de tu conciencia. Quizás veas como golpes de Luz, lo cual nosotros llamamos luces interiores. Pero más importante, te traerás a ti mismo a un centro de quietud, contemplación dentro de tu conciencia en la cual tú empezarás a "enfocarte" a las respuestas que serán

tus llaves hacia la felicidad y hacia una vida más satisfactoria. Esto es espiritualidad práctica.

No te estoy prometiendo el cielo cuando te mueras. Tampoco prometiendo el cielo sobre la tierra. No prometo nada. Sólo te estoy mostrando un camino. Si tú quieres mayor felicidad, sal y búscala. Si tú quieres tener la mente en paz, sal y búscala. Asume las responsabilidades para ti mismo y para todas tus acciones. No te inflijas a ti mismo ni lo hagas a otra persona. No dejes que otras personas te inflijan a ti. Si cometes un error, admítelo, corrígelo, y sigue tu camino. No te hostigues a ti mismo por hacer errores.

El único error que puedes llegar a ser sería no aprender de un error en tu conciencia, quizás, si tú cometieras el mismo error, una y otra vez, este se transformará en un gran error. Pero si tú derramas agua o golpeas una puerta o sueltas una valija sobre tu pie, esos son errores. No estás, seguramente, prestando mucha atención. Tómalo como falta de atención de tu parte—superándolo al escuchar lo que la vida es. Tú aprendes la vida al observar lo que otras personas hacen, escuchando lo que otras personas dicen, y prestando atención a todos los niveles dentro de ti que te dan respuestas por tus acciones. Finalmente tú aprendes de la vida a través de tus experiencias con la vida. Cuando verdaderamente has aprendido lo que es esta vida y lo que es la conciencia humana, estarás libre de este nivel, y te elevarás totalmente a una conciencia completa dentro de los planos de la Luz más pura.